FACE A FACE

AVEC

KRISHNAMURTI

Discussions
à Saanen
et à Londres
en 1965 ★

SAANEN GATHERINGS COMMITTEE

KRISHNAMURTI

DISCUSSIONS DE SAANEN ET DE LONDRES EN 1965

FACE A FACE
AVEC
KRISHNAMURTI

DISCUSSIONS DE SAANEN ET DE LONDRES EN 1965

SAANEN GATHERINGS COMMITTEE
SAANEN O. B. — SUISSE

Traducteurs

Pour les discussions de Saanen : le groupe français du Saanen Gatherings Committee.

Pour les discussions de Londres : René FOUÉRÉ.

SOMMAIRE

SAANEN, 1965.

Premier entretien 9
Deuxième entretien 22
Troisième entretien 36
Quatrième entretien 48
Cinquième entretien 62
Sixième entretien 76
Septième entretien 89

LONDRES, 1965.

Premier entretien 103
Deuxième entretien 126
Troisième entretien 145
Quatrième entretien 165
Cinquième entretien 178
Sixième entretien 193

DISCUSSIONS DE SAANEN

I

Avant de poser des questions, il nous faudrait, me semble-t-il, établir l'objet même de ces réunions. Toute question peut être examinée dialectiquement par voie d'argumentation, c'est-à-dire en vue de découvrir le bien-fondé de telle ou telle opinion ; mais on peut aussi en parler, non dans le but de se faire instruire, de recevoir un enseignement, mais pour apprendre. Que se passe-t-il dans un esprit qui apprend ? Si nous pouvions approfondir ce point et ensuite en parler ensemble, peut-être pourrions-nous mieux connaître cette action d'apprendre. Pendant les sept discussions qui vont suivre, nous allons rechercher, non pas théoriquement ni abstraitement, mais en plongeant dans la réalité, quel est l'état d'un esprit en train d'apprendre et de découvrir. Le présent actif du verbe apprendre est « j'apprends » ou même « je suis en train d'apprendre ». Le passé « j'ai appris », le futur « j'apprendrai ». Nous nous demandons quel est l'état véritable de l'esprit qui est en train *d'apprendre*. Ce que j'ai pu absorber des expériences d'hier, des opinions recueillies, choisies, tout cela devient le passé, un dépôt accumulé de ce que je sais. Or, ce processus est-il de nature à favoriser un esprit qui apprend d'instant en instant. C'est là un point à observer avec attention parce que la plupart d'entre nous pensons, agissons ou fonctionnons en nous appuyant sur un mental qui a appris par accumulation, et ce savoir accumulé peut deve-

nir un obstacle à l'action d'apprendre toujours dans le présent actif.

Quand il s'agit de se rendre maître d'une technique ou d'une langue par exemple, on accumule forcément en *apprenant.* Si j'ignore tout d'un métier, en l'abordant pour la première fois, je commence à apprendre. Il me faut être extraordinairement éveillé pour exécuter un travail dont je ne sais rien d'avance ; dans cet état, j'agis et *j'apprends* en même temps ; agir et *apprendre* ne font qu'un. C'est là ce que nous allons faire ce matin. Nous allons agir et, en agissant, apprendre, ce qui est extraordinairement intéressant et vivifiant. Mais, avant cela, n'avons-nous pas à connaître l'état même de l'esprit qui agit, et qui apprend en même temps ?

S'il vous plaît, n'attendez pas que je vous le dise. C'est ensemble que nous partons à la découverte.

Vous êtes venus ici ce matin assez à la hâte, vous avez rencontré des amis, vous vous êtes retrouvés, et vous avez bavardé. Maintenant sans doute êtes-vous assis et vous écoutez dans le calme, mais votre esprit retient des traces de votre agitation. Quand il est trop agité, excité, prêt à critiquer, qu'il réagit à une vitesse accélérée, est-il dans un état qui va lui permettre d'agir en apprenant ? Ou bien ne doit-il pas pour cela être dans un état absolument autre ?

☆ *Monsieur, j'ai conclu de vos causeries que vous préconisez une prise de conscience de toutes les conditions, de tous les objets, actions et sentiments. N'auriez-vous pas quelque chose à dire de ce fait que, quand nous avons entendu vos paroles et en avons pris conscience, tout cela passe immédiatement dans le domaine des choses connues ? C'est à partir de cette accumulation que nous agissons, que nous nous efforçons d'être conscients de tout ce qui se passe. N'y a-t-il pas un conflit entre ce que j'ai pu apprendre et qui est devenu savoir, et mon action dans le présent ?*

★ Très juste, monsieur, c'est cela que nous allons examiner. Nous avons parlé de prise de conscience ; l'accumulation de tout ce que j'ai appris, qui devient savoir, et qui est mis en réserve, et le fait qu'à partir de ce savoir accu-

mulé, ou par ce savoir même, j'agis. Entre *agir* qui est le présent, et cette accumulation de prises de conscience, de savoir qui est le passé, n'y a-t-il pas un conflit ? Mais avant d'aborder cette question, nous avons encore à découvrir ce que c'est que d'apprendre.

Pour moi, cette action d'apprendre est une des choses les plus importantes de la vie. On s'éveille un matin, comme celui-ci, et on voit le ciel, la beauté des collines, les arbres, la rivière, les fleurs. On regarde tout cela sans fraîcheur, sans élan, sans passion, sans cette fureur de sentir ; au contraire, on compare tout cela avec un événement, quelque chose qui s'est passé hier, on évalue, on pèse. Ce faisant, on a entièrement cessé d'apprendre, et l'on se dit : « Qu'est-ce vraiment qu'apprendre, quel est l'état de mon esprit quand j'apprends sans accumuler ? »

Comme je l'ai dit, vous venez ici assez agités, vous vous installez et vous vous efforcez d'écouter l'orateur. Avant d'écouter, ne devez-vous pas découvrir par vous-mêmes ce qui se passe véritablement dans votre esprit qui écoute, ou qui se prépare à écouter ? Si vous vous préparez à écouter, l'esprit agité, bavard, alors il n'y a en vous aucun espace qui vous permette d'apprendre. Laissez donc tous vos « Bonjours » à l'entrée. Laissez les « Comment allez-vous », « Vous avez bonne mine ce matin », « Quelle jolie robe », « Quel chapeau charmant », « Oh ! j'adore cet ensemble », laissez tout ce fatras, entrez et asseyez-vous tranquillement, non pas d'une tranquillité forcée vous disant : « Il le faut », mais si cela se fait naturellement, votre esprit sera dès lors étonnamment silencieux et calme.

Vous connaîtrez alors l'état d'un esprit qui apprend, vous sentirez la nécessité d'un grand silence, d'un calme total qui n'a rien de délibéré, de contraint, un silence vrai. Quand vous écoutez ainsi, écouter est à la fois agir et apprendre. Si nous pouvons chaque matin entrer, nous asseoir et écouter dans ce silence, vibrant d'attention, non pas un silence mort, nos entretiens pourront alors être l'occasion d'un événement extraordinaire.

Je ne parlerai peut-être pas très longtemps ; nous poserons des questions, nous en discuterons. Ecoutant dans ce calme et cette complète sérénité, on commence à s'ouvrir à la nature, à la qualité du silence. Ce silence, cette qualité

d'un esprit suspendu est une action positive qui a ceci de négatif qu'elle ne permet à aucune chose de s'y déverser.

Monsieur, je sais que vous avez une question à poser, mais dès l'instant où vous vous levez pour parler, votre esprit n'a pas cette tranquillité, vous ne faites pas ce dont nous parlons.

En venant ici tout à l'heure, vous avez certainement vu ces arbres, éclairés par la lumière du matin, se détachant sur le ciel bleu, sur la rivière. Les avez-vous regardés, et dans ce cas comment ? Nos âmes sont si lourdes, émoussées, mesquines, étroites et limitées. *Comment* nous regardons est tellement plus important que *ce* que nous regardons. Pendant l'heure qui va suivre, nous allons apprendre comment fonctionne l'esprit plutôt que de nous pencher sur la nature des questions ou des réponses qui pourraient y être données. Avez-vous jamais fait l'expérience d'observer quelques secondes de silence, quelques minutes d'apaisement intérieur, avant d'aborder une action, *n'importe laquelle,* cuire, laver la vaisselle, faire des lits, ou parler à quelqu'un ? Quand règne ce silence spontané, naturel, vibrant, l'efficacité de notre action prend un sens tout autre ; elle n'est plus mécanique, elle est un mouvement vivant.

Et maintenant, monsieur, quelle est votre question ?

☆ *M'est-il possible de vivre à tout instant dans cette autre dimension, avec un esprit ouvert et neuf ?*

★ Beaucoup de questions vont certainement être posées. Comment nous y prendre ? Allons-nous répondre à chaque question séparément, ou bien allons-nous prendre un sujet et le pousser jusqu'au bout ? Nous avons sept matinées devant nous et si nous pouvons rassembler plusieurs questions en une seule et suivre cette question-là, jusqu'à épuisement, cette façon de faire serait peut-être plus fructueuse que d'aller de question en réponse ou de discuter d'une question après l'autre. Quelle sera donc notre question, celle que nous allons examiner jusqu'au bout ? Il y a celle de ce monsieur : « Comment puis-je, ayant eu l'expérience, ayant goûté, connu cette autre dimension, comment puis-je

m'y maintenir à chaque instant malgré toutes mes difficultés quotidiennes ? Que d'autres veuillent bien poser d'autres questions, nous en extrairons une seule et nous l'approfondirons jusqu'au bout.

☆ *Y a-t-il une différence entre prendre conscience de l'objet de la pensée, et prendre conscience de la pensée elle-même ?*

☆ *Tout le long de la journée nous connaissons notre milieu et dans les moyens que nous employons pour le connaître, le penseur est toujours présent. Il serait peut-être intéressant de voir si nous pouvons connaître notre environnement* sans *que le penseur soit présent.*

☆ *Quand je suis sans motif, je goûte un certain silence, mais dès l'instant où je me mets à agir, à avoir un dessein, il se produit une tension au centre de mon cerveau, je suis incapable de détente et le silence a pris fin.*

☆ *Chercher est-il un processus accumulatif ou n'est-il pas la vie même ?*

★ Eh bien ! Voilà qui suffit. *(Rires.)* De toutes ces questions quelle est la question centrale qui les renferme toutes ? S'il vous plaît, nous accomplissons un travail en commun ; ne vous contentez pas d'écouter, que je ne sois pas le seul à parler.

Donc, quelle sera la question dont nous pouvons espérer une réponse qui les englobe toutes ? Nous cherchons une question qui renferme toutes les autres. Je me trompe peut-être, mais il me semble que le point central, c'est la division qui existe entre le penseur et la pensée, le penseur s'efforçant de connaître et la pensée qui s'égare, qui erre de-ci de-là, qui se laisse façonner par les circonstances, les influences, le milieu.

Pour le moment je me contente d'interroger, je n'affirme rien. Si nous pouvons discuter de ce point : « Pourquoi cette division entre le penseur et la pensée existe-t-elle ? », peut-être qu'alors, la prise de conscience lucide, l'effort que je fais pour y parvenir, pour la conserver, prendront pour nous une signification toute nouvelle.

☆ *Oui.*

★ Plusieurs questions ont été soulevées. Comme je l'ai dit, ce monsieur voudrait vivre dans une autre dimension. Vous avez peut-être eu, par moments, le sentiment d'une certaine qualité nouvelle pendant ses causeries, ou bien en vous promenant seul dans les bois, ou encore, à fréquenter telle ou telle personne, et alors vous vous dites : « Si seulement je pouvais me maintenir dans cet état et ne pas me laisser glisser dans celui d'autrefois. » Il y a donc une contradiction entre cette expérience, ce sentiment d'une autre dimension et l'état actuel. Si nous pouvions balayer la contradiction, il n'y aurait plus un instant pendant lequel régnerait ce sentiment d'une autre dimension et d'un effort pour y parvenir. En abordant cette question, nous cherchons à voir s'il est possible d'éliminer totalement la contradiction tant au niveau du conscient que de l'inconscient. Peut-être qu'alors, au lieu de comparer, nous pourrons vivre.

Voulez-vous que ce matin nous examinions ce point ?

Cette contradiction, si nous sommes tant soit peu lucides et sensitifs, comment se révèle-t-elle à nous ? Comment savez-vous que vous êtes dans un état de contradiction ? Quelqu'un est-il venu vous le dire ? Ou bien, lancés à la poursuite d'un plaisir, avez-vous ressenti la contradiction inhérente à cette poursuite même ? Etes-vous tiraillés par une chose qui vous tient à cœur, alors que vos activités vous entraînent dans un sens différent ? Il faut savoir comment on prend conscience de quelque chose.

Avançons pas à pas. Nous n'aboutirons à aucune conclusion ; car c'est en observant, en examinant que nous allons apprendre. Par conséquent, il n'y aura jamais aucune conclusion définitive. Si je m'aperçois de mon état de contradiction parce que quelqu'un d'autre me le dit, l'effet en est totalement différent.

Je me fais une idée, une image de la paix, et je suis violent ; je m'irrite, je me fâche, je me mets en rage. Je suis dans un état de contradiction. Il y a l'idéal consacré d'une part et d'autre part mon action qui vient le contrecarrer. Comment mon état me sera-t-il révélé ? Vais-je m'en rendre compte par moi-même, ou ai-je besoin de quelqu'un

d'autre ? Ce point peut paraître minime, mais il a aussi son importance.

J'ai donc un idéal de non-violence, de paix, et cependant je suis violent, il y a donc en moi une contradiction. Ou encore, je suis la proie de deux désirs agissant en sens opposé, d'où conflit. Quelqu'un a-t-il attiré mon attention sur cet état, ou en ai-je pris conscience par le déroulement naturel de ma vie ? Ou bien encore, je puis en prendre conscience par un effort, une souffrance, une tentative pour adapter le fait à l'idéal ou toute autre chose, un incident, une expérience personnelle me le fait sentir. Voilà un des états où je puis me trouver. Mais le sentiment de cette contradiction peut encore exister sans incitation extérieure. Quel est le cas pour la plupart d'entre nous ? Est-ce un incident qui éveille notre esprit, qui lui ouvre les yeux sur sa contradiction, ou bien en a-t-il conscience de lui-même, sans incident, sans stimulus extérieur ? Examinons le premier cas, nous en viendrons au second par la suite.

Nous avons donc pris conscience d'une contradiction, à la suite d'un incident, agréable ou pénible. J'ai en moi une image, un idéal, un modèle de comportement bien établi, et voilà un incident qui vient contredire tout cela ; j'en souffre. Je me dis : « Je suis déchiré » et, fébrilement, je cherche à aplanir cette contradiction, soit en déformant le fait, ma violence, pour l'adapter à mon idéal, ou bien, au contraire, en balayant l'idéal et ne laissant subsister que le fait.

Par l'effet de mes habitudes, des formules consacrées de mon comportement, il existe en moi une image de ce que je dois faire, de ce que je dois être. Puis survient un incident étranger à cette image qui vient la contrecarrer. Ce déchirement est une source de souffrance et je veux m'en débarrasser. Dès lors, ou bien je contrains le fait, l'incident, pour l'obliger à se conformer à l'image ou bien, au contraire, je supprime l'image et ne laisse subsister aucun centre.

Quelle est l'entité qui dit : « Il faut ajuster le fait à l'idéal » ou, au contraire, « C'est l'idéal qui n'a qu'à disparaître » ? Voyez, il y a là trois choses en présence : le fait, l'idéal et l'entité qui dit : « Il faut supprimer la contradiction, soit en effaçant l'idéal, ou simplement en accep-

tant le fait. » Et maintenant, il me faut découvrir quelle est cette entité parce que tant qu'elle subsistera la contradiction subsistera avec elle.

☆ *Mais la contradiction n'est en rapport avec rien. Elle existe en elle-même.*

★ Nous y reviendrons tout à l'heure, monsieur. Tout d'abord voyons clairement ceci : il existe une image, le « Ce que je devrais être », l'idéal, et, en face de cela, il y a le fait que je suis violent. Je vais totalement balayer cet idéal que j'ai créé, et me trouver devant le seul fait. Quelle est l'entité qui affirme : « Il faut tout balayer et n'avoir devant soi que le fait seul » ? Si je ne comprends pas cette entité, si je ne connais pas ce centre qui dicte mon action, celui-ci sera *toujours* dans un état de contradiction, ou générateur de contradiction. Eh bien, maintenant, quel est ce centre ? Quel est-il ?

☆ *Est-ce qu'il ne fait pas partie de moi-même ?*

★ Oui, madame, mais qu'est-ce que c'est que vous-même, qu'est-ce que c'est ?

☆ *Quelque chose qui est un obstacle, qui doit être surmonté.*

★ Voyez, madame, nous nous demandons quel est ce centre, celui qui dit : « Je dois me sortir de cet état de contradiction », « Je vais balayer l'idéal afin qu'il ne soit plus ». Et pourtant le centre est toujours là, et nous nous demandons quelle est sa structure, sa nature intime ?

C'est ce que nous allons découvrir, nous allons apprendre à le connaître comme si c'était pour la première fois. C'est d'ailleurs la seule façon d'apprendre. Peut-être y avez-vous pensé jadis, peut-être êtes-vous arrivés à des conclusions à ce sujet, mais si c'est cela que vous avez fait, vous avez cessé d'apprendre. Maintenant, nous allons apprendre à connaître ce centre qui engendre la contradiction, que votre attitude soit d'effacer l'idéal ou de négliger le fait. L'état d'un esprit qui se dispose à apprendre doit être de

ne savoir véritablement *rien* sur la nature de ce centre. Peut-être l'avons-nous connu hier, mais si nous abordons la question avec, par-derrière la tête, cette conclusion d'hier, nous serons incapables de découvrir ce qu'il est réellement aujourd'hui. Il s'est peut-être déplacé, il a peut-être changé, il s'est peut-être transformé, peut-être qu'il n'existe pas du tout. Donc, pour découvrir, pour apprendre à connaître ce centre aujourd'hui, nous devons être complètement dégagés de ce que nous avons pensé hier, dégagés des conclusions d'hier. Et, par conséquent, notre esprit doit être silencieux, complètement silencieux, immobile, devant cette question. Alors nous pourrons apprendre à connaître ; alors nous apprenons.

Quel est ce centre générateur constant de contradiction, le censeur, celui qui dit : « Ceci est bien » ou « Ceci est mal », « Il faut que je fasse ceci », « Ceci devrait être », « On ne m'aime pas », « Il faudrait que j'aime », « Je suis malheureux », ou encore, « Il me faut vivre dans une autre dimension », « J'ai écouté, mais je n'ai rien reçu » ? Quelle est la nature de ce mouvement ?

☆ *C'est le mouvement du savoir.*

★ Nous posons là une question très difficile. Les anciens ont dit que c'était l'âme, l'Atman, Dieu, la justice, le péché originel. Prétendez-vous avoir pesé et rejeté tout cela d'un seul coup pour affirmer : « C'est ceci » ? Il vous faut d'abord savoir ce que d'autres ont pu dire, et découvrir s'il y a une vérité quelconque en tout cela. Si vous vous contentez de répéter ce qu'ont dit les théologiens, ceux qui croient en Dieu, à la vérité, à l'âme, à l'Atman, à l'atome permanent, vous n'arriverez à rien. Répéter les textes d'antan ne vous intéresse pas. Tout ce qui n'est que tradition vous le rejetez. Vous examinez et vous arrivez à un certain point ; vous y arrivez ne sachant rien, dans un silence complet. Vous désirez apprendre, et vous voyez qu'avant de pouvoir regarder, un silence complet est nécessaire. Etes-vous capables d'être silencieux sans y être contraints, sans y être poussés, d'y être spontanément afin de découvrir quel est ce mouvement ?

☆ *Je crois que c'est le savoir accumulé qui devient le centre.*

☆ *A quoi servent les discussions ? Cela devient tout à fait inutile.*

☆ *C'est un accord avec le principe d'harmonie.*

★ Il me semble, messieurs, que vous n'examinez pas la question, vous exprimez simplement ce que vous sentez, ce que vous pensez.

☆ *C'est l'esprit même qui est le centre de la contradiction — l'esprit qui a accumulé du savoir, l'esprit qui a créé les images, lui qui a établi un sauveur du monde, lui qui se figure qu'existent le permanent et l'impermanent, l'esprit lui-même est dans un état de contradiction.*

★ Une minute, attendez une minute. Voilà une chose que vous avez affirmée. Qu'avez-vous appris ? Vous l'avez analysée, vous avez avancé en tâtonnant et vous avez dit que c'est l'esprit. Vous vous êtes exprimé en paroles et vous avez fait une affirmation. Qu'avez-vous appris ? Avez-vous appris quoi que ce soit ? Vous dites que c'est l'esprit qui est dans un état de contradiction, l'esprit acquéreur de savoir, l'esprit qui croit, celui qui est catholique ou protestant, ou communiste, ou non croyant, celui qui crée l'image, l'esprit, l'esprit... Est-ce là un fait, ou est-ce une idée ?

☆ *C'est le désir inconscient de liberté.*

★ Non, madame. Il a été dit que c'était l'esprit, l'esprit dont le savoir fait partie. Et qu'est-ce qui vous dit que c'est l'esprit ?

☆ *J'ai regardé en moi-même.*

★ Je vous pose la question. Voici un esprit qui pose une question à un autre esprit. Comment savez-vous que c'est l'esprit ? Qu'est-ce qui vous pousse à le dire ?

☆ *On nous l'a dit.*

★ On vous l'a dit ? Moi aussi, on m'a dit qu'il y aura un monde merveilleux quand je mourrai ; mais il me faut vivre dans celui-ci. Quand vous dites « l'esprit », ou bien ce fait a été pour vous une chose réelle, réelle de la même *réalité* que la faim et, par conséquent, cette réalisation est valable, ou bien vous vous livrez à de pures hypothèses et vous dites c'est l'esprit — et dans ce cas-là vous n'apprenez rien du tout. Donc, avant qu'aucun de nous ne réponde « c'est l'esprit », l'image, le conditionnement, le modèle établi comme étant catholique, protestant, communiste, il nous faut apprendre à connaître, *apprendre,* et pas simplement lancer une affirmation ; nous devons découvrir quel est cet esprit qui se dispose à apprendre.

Voyez-vous, monsieur, mon fils, ma sœur, ma mère, ma grand-mère, n'importe qui, est malheureux, malade, n'agit pas comme il le devrait, j'en suis troublé ; pour remédier à cet état de trouble, je voudrais faire quelque chose, l'aider, lui tenir la main. Mais c'est mon trouble même qui me rend incapable d'aborder le fait comme un simple fait, sans émotion ni sentimentalité, ni bêtise. Donc, il importe beaucoup quand cette question vous est posée, de voir comment vous écoutez. Ou bien vous avez en vous une conclusion préalable, une idée préconçue au sujet de ce centre, ou bien vous vous dites : « Vraiment, je ne sais pas ; approfondissons la chose. » Si véritablement vous ne savez rien, vous abordez la question avec un esprit neuf et non pas avec un esprit blasé qui a déjà fait d'innombrables hypothèses à ce sujet, qui est déjà conditionné.

Donc, ce qui est de beaucoup le plus intéressant, beaucoup plus intéressant que la question examinée (laquelle pour le moment est la contradiction), c'est l'état de l'esprit qui contemple. Je regarde un arbre : et beaucoup plus important que l'arbre lui-même est ma façon de le regarder. Donc, quel est l'état d'un esprit quand il se trouve devant cette question de contradiction ?

☆ *C'est là qu'est la difficulté, parce qu'il me semble très clair que l'esprit doit être silencieux.*

★ *Soyez* silencieux ! *Soyez* silencieux ! Vous voyez, vous parlez tous et vous ne faites *rien*. *Soyez* silencieux !

☆ *C'est l'ignorance.*
☆ *Mais quand vous dites « soyez silencieux », vous essayez de nous pénétrer de l'importance du silence.*

★ Je n'essaie de vous pénétrer de rien du tout. Ecoutez, je ne connais pas le chinois. Alors, qu'est-ce que je fais ? Mon esprit est vide ; je ne sais pas. Je commence à apprendre en avançant, mais ce n'est pas là ce que vous faites.

☆ *Il me semble que si on observe son esprit, à ce moment-là on devient silencieux.*

★ Madame, *soyez* silencieuse, ne *devenez* pas silencieuse. Regardez, la question c'est la contradiction ; pourquoi les êtres humains vivent dans un état de contradiction. Nous avons dit qu'il y a une image durable qui est établie, une formule qui est en nous, et qu'un événement de la vie quotidienne la contredit. Si l'esprit veut apprendre à vivre sans contradiction — *apprendre* et *vivre* réellement sans contradiction — il doit aborder la chose en tâtonnant, dans le silence, dans la tranquillité. Et quand il en est ainsi, quand je le fais, à ce moment, il y a le problème et il y a l'esprit complètement apaisé, ne sachant rien du problème. Et je demande quel est cet étrange silence, cette étrange immobilité qui contemple le problème. Est-ce une chose qui a été élaborée ? L'esprit a-t-il élaboré ce silence dans le but de se débarrasser du problème et de vivre dans un état d'harmonie qui exclut la contradiction, ou bien ce silence est-il naturel ? Si ce silence est naturel, s'il n'est pas *l'effet* d'une contrainte, d'une élaboration, alors le centre *existe-t-il* encore ? Existe-t-il un centre, siège de la contradiction ? Le centre par sa nature même *est* contradiction. Et s'il n'existe plus que le silence regardant cette contradiction, ce problème, ce silence est-il un état

naturel, ou bien a-t-il été induit par l'esprit dans son désir de vivre en état d'harmonie ? Si ce silence n'est pas naturel et spontané, la contradiction existe toujours.

L'esprit est-il capable d'aborder n'importe quel problème — la vie, l'arbre, ma femme, mon mari — dans un silence total ? C'est une des choses les plus difficiles à faire. Pourtant, on voit bien que toute autre façon de s'y prendre doit forcément engendrer la contradiction. Cette question nous l'avons toujours abordée de façon positive. Nous avons dit : c'est le savoir, l'image, l'esprit, ceci, cela, et ainsi de suite, et ainsi de suite. Mais cette fois, nous sommes allés un peu plus loin. Nous avons parlé de silence. Celui-ci est-il la négation du bruit, de la rumeur, le déni de ceci ou de cela, mais dans le but de parvenir au silence ? Il me faut découvrir quel est ce sentiment de négation où il n'y a rien de positif, d'orienté, mais qui doit cependant exister dans la vie.

Un esprit véritablement bien fait est à la fois positif et négatif ; il est à la fois l'homme et la femme — il n'est pas seulement l'homme, ou seulement la femme. Les Grecs avaient un mot pour cela, et les Hindous aussi. Ils en ont fait des symboles par l'image et, par conséquent, ils l'ont perdu. Dès que vous exprimez une chose par la parole, par l'image, elle a fui. Mais si vous commencez à apprendre — si vous continuez d'apprendre, et d'apprendre toujours, vous pouvez alors exprimer la chose en paroles, elle ne mourra jamais.

Nous allons donc comprendre un silence qui n'est pas le contraire du bruit, qui n'est pas le contraire de cette lutte constante ; et pour le comprendre, il faut comprendre la structure tout entière de la négation.

4 août 1965.

II

Si vous le voulez bien, nous allons reprendre la discussion là où nous nous sommes arrêtés hier. Nous disions qu'agir c'est apprendre ; vous n'apprenez pas *d'abord* pour agir *ensuite*. Quand l'idée précède l'action, il s'ensuit forcément contradiction et par conséquent conflit. Mais, si agir *est* apprendre, il y a dès lors un processus constant de compréhension, qui exclut totalement le conflit et la contradiction. Nous avons dit aussi qu'apprendre implique le silence de l'esprit ; il faut qu'il y ait une immobilité, un silence non provoqués, qui ne sont pas une élaboration de la pensée dans son désir d'obtenir ce silence. Invariablement, là où il y a intensité et attention, dans tout ce que nous pouvons faire, survient cette qualité de silence source et origine même de ce mouvement où agir et apprendre ne font qu'un.

Nous avons dit aussi qu'il est absolument essentiel de comprendre l'état de contradiction ; et celle-ci existera toujours en nous, tant qu'il y aura un centre, le censeur, l'observateur, qui juge, qui pèse, qui projette des images et ainsi de suite. Nous nous sommes penchés sur la nature de ce centre ; et encore, nous avons examiné toute la structure de l'activité positive et dirigeante d'un centre lequel, à tout instant, façonne, guide, contrôle et modifie.

☆ *Puisque cet état de silence vous paraît être une condition préalable et nécessaire à toute chose, pourriez-vous s'il vous plaît le décrire disant ce qu'il n'est* pas *? Quel est le genre d'activité, d'après vous, qui n'est* pas *celle du silence ? Veuillez aborder la question de cette façon-là.*

★ Je me demande si nous ne pouvons pas l'aborder d'une façon encore toute différente. La plupart d'entre nous, me semble-t-il, ont conscience d'être dans un état de contradiction. Nous n'avons pas à entrer dans les détails de cette contradiction. Celle-ci, étant cause de souffrance, de différentes formes d'activités pernicieuses, on se dit : « Est-il possible de s'affranchir de toute contradiction, non seulement de celle qui est consciente mais encore de celle qui est inconsciente ? » Voilà la question importante entre toutes. Je voudrais la connaître à fond. Je ne vous demande pas de me dire ce qu'est ce silence ou ce qu'il n'est pas, mais je veux comprendre, je veux apprendre au cours même de mon observation. Je constate que je suis dans un état de contradiction ; et de plus, je sais très bien que, tant qu'existera un centre, une forme, une image quelle qu'elle soit, la contradiction subsistera. Dès lors, que peut faire l'esprit ? Comment peut-il apprendre à connaître la contradiction sans créer un nouveau centre qui, à son tour, deviendra une nouvelle source de conflit ? Je vois très bien qu'il me faut une certaine qualité de lucidité passive, tranquille, immobile si je veux apprendre, si je veux comprendre quoi que ce soit. Cette lucidité passive n'est pas une chose que l'on puisse cultiver. Comprendre ce vaste fleuve de la vie qui est moi-même, avec ses différents centres — affaires, vie spirituelle, familiale — c'est là, l'acte du silence lui-même.

Qu'est-ce que ce silence ? Vous ne pouvez pas le cultiver en m'écoutant ; vous ne pouvez pas établir un modèle de ce que pourrait être ce silence, ou de ce qu'il n'est *pas*, et ensuite élaborer ces notions dans le but de le gagner, de vous en rendre maître — c'est là une chose que vous ne pourrez jamais faire, évidemment. Alors quel est-il ? Si vous cherchez à le décrire, positivement ou négativement, il existe encore un observateur, un centre qui le contemple affirmant qu'il est silence ; et ce centre engendre un état de contradiction et se dit : « Comment cultiver ce silence ? »

Tout d'abord, voyons-nous très clairement que l'esprit doit être apaisé dans une certaine mesure, s'il prétend écouter ce cours d'eau, s'il veut regarder un arbre, ou le visage d'un autre être ? Pour regarder, écouter, apprendre,

il faut un certain calme, une certaine attention passive, un état qui n'est pas inerte, qui n'est pas une tranquillité voulue, ni cultivée. Dès que nous nous demanderons ce qu'est ce silence, cette tranquillité, nous inventerons des images, des symboles, des mots qui à leur tour deviendront des centres.

Alors, quelle *est* cette tranquillité ? Quelle est la nature, la structure de ce silence lui-même, et non pas la structure inspirée des mots qui prétendent le décrire ? S'il vous plaît, que ceci soit très clair. Vous n'êtes pas en train de m'écouter, cherchant à *me* comprendre, moi l'orateur. L'orateur n'a aucune importance. Ce qui est important, c'est de comprendre la nature et la structure d'un esprit tranquille, et à partir de cette tranquillité d'apprendre et d'agir. Ici apprendre, c'est agir.

Nous avons employé trois expressions : le silence ou l'immobilité, l'attention passive et la négation. Qu'entendons-nous par un esprit passif ? Pour en comprendre la nature, il faut tout d'abord comprendre ce que nous avons coutume d'appeler positif. Le positif ne s'oppose pas au passif. Si l'état négatif, passif, est le contraire du positif, il y a forcément contradiction et, par conséquent, ce n'est *pas* un état négatif ou passif. Donc, examinons ce qui constitue, ce qui est la structure, ce qui est la nature foncière, l'essence, d'un esprit qui fonctionne toujours dans le positif ?

Et maintenant, allons-nous décrire les éléments qui caractérisent le positif, ou allons-nous tout de suite en apercevoir l'essence ? Allons-nous décrire en détail cet état qui suit, qui accepte, qui obéit, qui engendre l'autorité et par conséquent la peur, qui se tourne toujours vers autrui pour s'entendre dire ce qu'il doit faire, qui baigne dans l'expérience laquelle est la source de son savoir ?

☆ *Non.*

★ Je vous en prie, attendez, vous êtes si impatients. Allons-nous devoir donner toute cette description détaillée — et ce sera peut-être nécessaire, parce que nous n'avons pas véritablement compris — ou bien, pourrons-nous saisir de prime abord l'essence de ce qu'est un esprit positif ?

Si vous dites : « Oui, arrivons-en à l'essence aussi vite que possible », c'est que vous n'aurez pas compris la nature et la structure de l'esprit positif. Mais si vous avez compris, examiné, abordé, appris à connaître à fond l'esprit positif, alors vous vous poserez *vous-mêmes* cette question : « Quelle en est *l'essence* ? »

Nos esprits, nos cerveaux, tout notre organisme sont le résultat du temps. Au cours du temps, l'esprit a établi certains modèles de comportement, de pensée, d'activité ; tout ce qui est formule, modèle, est le positif.

Suis-je en train de travailler, moi, pour découvrir tout cela, tandis que vous vous contentez d'écouter, d'accepter, ou bien travaillons-nous ensemble, êtes-vous aussi, et avec moi, en voie de découverte ? Si nous travaillons ensemble, nous apprenons ensemble à connaître ce que nous appelons l'esprit positif, un esprit agressif, qui s'affirme, qui domine et qui, parce qu'il domine, accepte de se laisser dominer. Il fonctionne sans cesse selon le modèle établi par son savoir, parce qu'il veut être certain.

L'essence même d'un esprit positif est le besoin de sécurité à tout prix, d'une sécurité complète, non seulement extérieure, mais une sécurité intérieure et très profonde ; le besoin de quelque chose qui pourra lui donner le sentiment de sa permanence.

Je viens d'apprendre, l'esprit vient d'apprendre, que tant qu'il cherche et que, par conséquent, quand il trouve un sentiment de permanence, de sécurité, de certitude dans ses rapports avec autrui, dans ses activités, dans n'importe quoi, en tout cela, chercher et trouver, sont l'essence même de l'esprit positif.

☆ *Y a-t-il un moyen pour supprimer la contradiction dans l'esprit positif ?*

★ Vous n'écoutez même pas ! Mais voyez, s'il vous plaît, je comprends bien ce que vous dites. Je ne cherche pas à me dérober à votre question. Mais nous essayons de découvrir et *d'apprendre* ; et c'est en trouvant que nous apprenons ; je ne commence pas par apprendre pour agir ensuite. Nous cherchons à apprendre et à connaître la nature et la structure de l'esprit positif ; et après avoir examiné

les détails, je vois. (Je peux me tromper. N'acceptez pas ce qui est dit comme étant l'affirmation d'un oracle qui parle, ou d'une autorité.) Donc, l'esprit découvre que, tant que l'on cherche (ce qui implique que l'on trouve), ce processus, qui consiste à chercher et à trouver, est l'essence même de l'esprit positif — ce qui ne veut pas dire que l'esprit négatif lui aussi ne cherche pas, ne trouve pas, n'agit pas.

☆ *Excusez-moi, monsieur, mais tant que nous sommes dans notre état actuel, à notre niveau actuel de conscience, est-ce que* n'importe *quelle question que nous pouvons poser n'est pas une question positive ?*

★ Et pourquoi ne pas penser, ne pas fonctionner positivement ? Où est le mal ? Si nous découvrons que ça n'en vaut pas la peine, que ça n'éclaire pas notre état de confusion, *alors* nous chercherons autre chose ; mais si nous acceptons la façon positive de vivre, celle qui consiste à dire « je veux », « je ne veux pas », nous conformant à l'image qui a été créée suivant le principe du plaisir — ce qui veut dire aussi la fuite devant la souffrance (quoique la recherche du plaisir elle-même engendre la souffrance) — à partir de cette image, nous décidons d'être ou de ne pas être, de faire ou de ne pas faire. Ce procédé positif, chercher et trouver, ce procédé volontaire, affirmatif, engendre de lui-même la contradiction.

Or, tant que nous ne le connaîtrons pas à fond, il n'y aura pour nous aucune autre façon de fonctionner.

☆ *Quand nous voyons la vie du point de vue positif, avec un esprit positif, nous partageons la vie entre le moi et le non-moi.*

★ La façon positive d'aborder la vie engendre la concurrence parce que ce processus consiste à chercher et à trouver et, dès lors, il y aura forcément compétition et agressivité. Un esprit positif est-il capable de connaître ce qu'est l'affection, l'amour ? Un esprit positif est assoiffé d'expériences. Et, parce qu'il s'est lassé de toutes les expériences qui ont été les siennes, il en recherche de nouvelles.

Quand elles ne sont pas suffisamment fortes, percutantes, alors par son imagination il *engendre* des visions, des expériences nouvelles ; et si ceci encore ne lui procure pas la satisfaction escomptée, il se tourne vers les drogues, pas seulement la marijuana, mais des drogues plus fortes : opium, ses dérivés, le LSD. Par ces drogues, un état négatif de l'esprit peut être provoqué grâce auquel certaines expériences peuvent être obtenues, mais un tel esprit est encore un esprit positif, assoiffé d'expériences.

On peut se dire : où est le mal de ces expériences plus fortes et plus profondes ? Autrement dit : quel est l'inconvénient de ces expériences que nous provoquons et qui sont des projections de notre esprit conditionné qui cherche, qui désire, qui réclame ? Telle est notre vie. Nous en venons à dépendre de ces drogues, que ce soit l'alcool, la luxure, de vaines distractions, la fréquentation des églises, de la *messe* et de toutes ses liturgies. Un esprit qui cherche à fuir son passé, lequel est constitué par toutes les expériences de jadis, se projetant dans l'avenir, cet esprit est inévitablement dans un état de conflit. Il veut sans cesse chercher, ressentir, passer par de nouvelles expériences, il est toujours dans un état de contradiction.

Ainsi, nous voyons quelle est la nature et la structure d'un esprit positif. Il est agressif, compétitif, jaloux, superstitieux, plein de vanité, ambitieux et désespéré. Il cherche et, par conséquent, il trouve. Il est mécontent de ce qu'il a trouvé, il veut encore plus et autre chose parce qu'il veut à tout prix atteindre un certain point d'élévation, d'excellence où il pense pouvoir jouir d'une certitude sans trouble.

L'objet de notre examen est de découvrir si l'esprit est capable de s'affranchir de la contradiction non pas temporairement, non pas pendant un certain temps, mais définitivement. Alors, et alors seulement, la clarté s'imposera ; mais celle-ci ne peut être l'objet d'une recherche.

Je découvre encore qu'un esprit qui cherche peut à la rigueur trouver une clarté élaborée par lui-même et qui, par conséquent, portera en elle les germes de la contradiction. Une telle activité ne peut qu'engendrer de nouvelles contradictions. Seul un état complètement négatif est capable de non-contradiction. Cela, je viens de l'apprendre !

Personne ne me l'a dit ! Pour le voir, je n'ai pas eu à lire de livres, je n'ai pas été trouver un philosophe, je n'ai pas eu de *gourou*, d'instructeur, rien de toutes ces sottises. C'est en agissant que j'ai appris, que l'esprit a appris !

Donc, un esprit négatif, l'état négatif n'est pas le contraire de l'autre, n'est pas l'opposé du positif. Ceci est un point très important à comprendre. Je peux rejeter, me sacrifier, renoncer à mes biens, à ma fortune, à ma célébrité parce que je désire trouver Dieu, la félicité ou la vérité. Si je renonce à quoi que ce soit *parce que* je désire autre chose, ce n'est pas un renoncement, cela fait toujours partie du même mouvement positif.

☆ *Je regarde quelque chose, un visage, le mouvement du fleuve, une montagne, un arbre. Je regarde quelque chose et, par cette observation même, j'ai une expérience personnelle. Est-ce encore le fait d'un esprit positif ?*

★ Je dis que oui. Vous êtes sur le point de découvrir quelque chose parce que vous le poursuivez, mais tant qu'il y a votre expérience, quelle qu'en soit la cause, cela se passe dans le champ du positif.

☆ *Mais comment pourrons-nous l'obtenir ?*

★ J'ai très soigneusement expliqué que vous ne pouvez pas *l'obtenir*. (*Rires.*)

☆ *Eh bien, alors, le créer.*

★ Vous ne pouvez pas le créer. Voyez, monsieur, quand une fois vous avez saisi qu'un serpent est venimeux, vous avez tout compris de lui, n'est-ce pas ? Vous vous en éloignez. Quand vous voyez du poison, vous ne le buvez pas parce que vous voyez qu'il est mortel. Donc, comprenez le positif, lequel est infiniment complexe ; il ne s'agit pas simplement de dire : « Ça y est, j'ai compris », il s'agit d'une compréhension vaste et profonde. Il s'agit d'avoir un esprit qui ne connaît aucune autorité et pour lequel, par conséquent, il n'y a aucune expérience objet d'une reconnaissance.

Je vois un beau visage et j'en ressens du plaisir. Ce plaisir a surgi parce que j'ai reconnu ce qui est conforme à mon idée du beau. L'expérience s'est faite conformément à un plaisir, conforme à mon idée de la beauté.

En comprenant à fond la structure et la nature profonde de l'esprit positif, avec la même intensité que quand je saisis la nature du poison, mon esprit s'en retire complètement. Pour cela, il n'a rien à *faire*. S'il fait quelque chose il y a contradiction. Mais quand il a compris la nature vénéneuse, pernicieuse du positif, il se retire automatiquement dans ce qu'on peut appeler le négatif.

☆ *Et, par conséquent, n'est-ce pas là une expérience du négatif ?*

★ Ah ! jamais. L'esprit n'a jamais d'expérience du négatif. Il n'y a d'expérience que dans le champ du positif. Ceci exige une compréhension extraordinairement profonde et subtile. N'allez pas à présent vous dire d'accord ou pas d'accord. J'ai entendu dire qu'il existe toute une école de pensée bouddhique basée sur le principe de la négation ; il y a là des gens qui ont consacré leur existence entière à découvrir ce que c'est que cette négation. Vous, vous y avez consacré une demi-journée, ou bien une heure, et maintenant vous cherchez à dire que vous approuvez ou non. Vous avez à comprendre là une des choses les plus profondes, à savoir s'il est possible pour l'esprit d'être dans un état de clarté parfaite. Il ne peut être clair que dans la négation, c'est-à-dire quand il n'y a plus d'expérience d'aucune sorte.

☆ *Nous posons des questions parce qu'il y a une provocation ; et la réaction est toujours conforme à l'arrière-plan, à nos expériences passées. Et la réponse est comprise dans la question. Est-il possible de demeurer avec la question sans attendre de réponse ?*

★ Mais pourquoi posez-vous une question ?

☆ *Pour renouveler, rénover et ajouter à l'accumulation des expériences, qui sont mon savoir.*

★ Et à partir de cette accumulation, de ce savoir, de ce passé, vous faites de nouvelles expériences, et vous agissez ; et cette action, ces expériences engendrent de nouvelles contradictions.

☆ *Mais nous posons des questions qui ne visent que des fragments.*

★ Evidemment. Nous posons des questions fragmentaires. L'esprit, quand il pose des questions, fonctionne toujours dans le fragmentaire. Quand il fonctionne globalement, comme un tout, a-t-il besoin de poser des questions ? Le tout n'est pas positif, mais négatif. La question positive est une question fragmentaire qui prend sa valeur dans le champ du positif, parce que l'esprit fonctionne fragmentairement et, par conséquent, contradictoirement. Quand nous aurons compris la nature de cette structure positive — et comprendre c'est à la fois apprendre et agir — l'esprit, de ce fait, s'en est déjà retiré de même qu'il se retire du poison ; ce mouvement-là, c'est la négation.

☆ *Le fait même de questionner implique-t-il l'affirmation de soi ?*

★ S'affirmer, désirer la célébrité, vouloir s'exprimer, se réaliser, vouloir être quelqu'un, un grand écrivain ou un peintre — tout ceci est dans le champ du positif. Mais je puis assurément questionner sans qu'il y ait affirmation de soi. Je peux vous demander ce que c'est que l'amour, ou la mort, ou la vie, cela ne veut pas dire que je veuille m'affirmer. Si je mène une vie misérable, sordide, dans ce champ où règne le désir de célébrité et de succès et tout ce qui s'ensuit, et que je me dise : « Mais, Seigneur, il doit y avoir autre chose ! » il n'y a pas là d'affirmation de soi. Mais il y a affirmation de soi dès l'instant où l'esprit positif veut chercher et trouver. Toutes les religions ont dit : « Cherchez et vous trouverez. » Nous sommes en train de couper tout cela à la racine. Et comment pouvez-vous l'accepter, je n'en sais rien !

☆ *Pouvons-nous être conscients de cet état négatif de l'esprit ?*

★ Très évidemment pas. Nous avons à découvrir ce que nous entendons par ce mot conscient. Quand sommes-nous conscients ? Voilà un avion qui fait du bruit, j'ai envie de vous écouter et cela me dérange. *Alors* je deviens conscient. Je souffre. Je désire devenir célèbre, et j'échoue dans ce désir. Cet échec me cause de la souffrance. Et je deviens conscient. Je deviens conscient soit quand j'exige la prolongation d'un plaisir, ou quand je veux éviter ou rejeter un état de souffrance.

Monsieur, veuillez regarder. Quand j'accomplis un travail en tant que journaliste, qu'ingénieur, qu'artiste, qui sont toutes des fonctions, ai-je conscience d'accomplir une fonction ? Vous devenez conscients de fonctionner seulement quand, par ce fonctionnement, vous recherchez un prestige social. Vous êtes un bon écrivain, ou tout autre chose, et par cette fonction vous cherchez la célébrité ; et alors commence tout le mal.

☆ *Mais la conscience semble être synonyme de la lucidité éveillée, ou le contraire d'un état de somnolence.*

★ La conscience est synonyme de paroles, de symboles, d'expériences, de prestige obtenu par la fonction ; elle est synonyme d'ambition, d'avidité, de luttes et d'efforts. Que ceci soit clair. Ce dont nous parlons, c'est de comprendre tout le champ du positif, d'apprendre à le connaître à fond. Le fait même d'apprendre à connaître est un mouvement d'une qualité nouvelle. Il n'est plus question de se dire : « Mais comment puis-je vivre sans faire d'expériences ? Est-ce que je ne mourrai pas ? » Evidemment vous mourrez. En tout cas nous sommes déjà à moitié morts, alors cela n'a en fait pas beaucoup d'importance !... (*Rires.*) Toutes ces questions n'ont aucun sens. Mais si nous voyons quelles sont la structure intime et la nature de la conscience, si nous comprenons et apprenons, l'acte même d'apprendre est action, et cette action est un mouvement différent qui est sans aucun rapport avec le positif.

★ *Vous dites que quand il y a recherche il n'y a pas de compréhension. Mais comment comprendre sans chercher ?*

★ Nous ne disons pas que nous devons ou que nous ne devons pas chercher ; nous nous demandons pourquoi nous cherchons. Pourquoi cherchons-nous ?

☆ *Est-ce qu'il n'y a pas une différence entre s'enquérir de quelque chose et le rechercher ?*

★ Oh ! certainement. Mais ne compliquez pas les choses. Prenez les choses l'une après l'autre. Nous discutons de cette question de recherche. Pourquoi cherche-t-on ? Je suis triste, je suis malheureux, ma vie est quelconque, mesquine, petite, même si j'ai une grande réputation et toutes sortes de titres. Ma vie est laide. Je suis plongé dans la lutte et je veux me libérer de tout cela et trouver autre chose, quelque chose de plus. Je suis mécontent de tout ce que j'ai touché ; mécontent de ma famille, de ma femme, de moi-même, du monde, de tout. Et par cette flamme de mécontentement, je veux trouver quelque chose, et la plupart du temps je trouve, en effet, quelque chose. Je deviens communiste ou socialiste ou catholique ou Zen, ou tout ce que vous voudrez.

L'esprit qui s'est alimenté d'expériences, ajoutant toujours de plus en plus à soi-même, se dilatant par ce qu'il sait, par sa célébrité, par son esprit agressif, et s'apercevant que tout cela est vide, que tout cela ne donne aucun sens à la vie — cet esprit, qui est le produit du temps, et qui par conséquent est un immense processus positif, avec ses éternels « je veux », « je dois », « ceci n'est pas bien », « ceci est mal », « voilà la limite que personne ne doit dépasser » — un tel esprit qui pendant des siècles et des siècles s'est nourri du positif, de l'agressif, de la volonté de chercher et de trouver, un tel esprit est-il capable d'embrasser tout cela d'un coup d'œil, de le comprendre et de s'en retirer par la simple vision qu'il a du positif ? Si l'esprit ne se retire pas de lui-même du royaume du positif, il demeurera toujours dans le conflit. Si le conflit vous

procure du plaisir, continuez. Mais ne dites pas : « Je voudrais autre chose », tout en avalant le poison.

☆ *Monsieur, est-ce que ce mécontentement de ce que vous appelez la compétition, n'est pas un des facteurs qui peut conduire les gens à rechercher ce que vous appelez le négatif ?*

★ Oui, monsieur. Un mécontentement qui est facilement contenté ; étant facile à contenter, il va tout simplement s'efforcer de trouver l'état négatif. Jadis, je trouvais mon plaisir dans le positif, maintenant je me propose de trouver mon plaisir dans le négatif. Alors mon esprit est toujours le même petit esprit stupide et pourri, qui a toujours fonctionné dans le positif, et qui maintenant prétend fonctionner dans le négatif. C'est toujours le même esprit, assoiffé de célébrité, de succès, qui veut trouver, qui veut ressentir ; seulement, il dit : « Je suis négatif. »

☆ *C'est pourquoi nous sommes attirés tantôt par l'un, tantôt par l'autre.*

★ Monsieur, nous avons à vivre dans ce monde.

☆ *Oui, et nous subissons l'influence de la pensée, de centaines d'autres choses.*

★ Nous disons exactement la même chose que vous. Il nous faut vivre dans ce monde, nous subissons des influences, nous avons notre travail, nos familles, nos croyances, nos dogmes, nos frayeurs, nos anxiétés, nos querelles, nos jalousies, nos ambitions. Tel est notre univers. C'est l'univers du positif dans lequel nous vivons, nous heurtant les uns aux autres, nous assassinant les uns les autres, faisant n'importe quoi. C'est ce que nous appelons la vie. Si vous dites : « elle me plaît comme ça », continuez, avec vos dieux, avec vos superstitions, vos chefs, vos *gourous*, avec vos sauveurs, vos prêtres, tout ce que vous voudrez ; mais continuez donc ! Mais si vous dites : « Voyons, n'y aurait-il pas un moyen de mettre fin à la contradiction, de vivre d'une façon *entièrement* différente et qui ne soit pas le

contraire de tout ceci ? », alors il vous faut comprendre de fond en comble tout ce processus de la vie dans notre monde.

☆ *Nous sommes tellement affairés avec notre vie familiale, nos enfants, nos situations et tout ce qui s'ensuit, est-il vraiment possible pour nous de faire cela et non pas simplement d'une façon imaginative, vague et utopique, mais vraiment vivre ainsi dans notre existence actuelle ?*

★ C'est vous qui avez posé la question. Vous attendez-vous à ce que j'y réponde ? Si vous attendez de moi une réponse et que je dise « Vous pouvez le faire », alors quoi ? En êtes-vous plus avancé ? Mais si vous dites : « Voyons, il me faut comprendre toute cette structure, la regarder, comprendre cet esprit qui est le mien », si vous y donnez dix minutes, vous verrez que vous êtes capable de vivre dans ce monde d'une façon absolument différente. Si vous ne pouvez pas vivre d'une façon entièrement différente dans ce monde, ça n'en vaut pas la peine ; jetez tout cela au panier. Mais, dans cette vision, cette compréhension de la structure du positif, il faut être implacablement réaliste. Alors, et alors seulement, on peut aborder la question de l'état d'un esprit qui vit, qui existe dans la négation ; mais tant que vous n'aurez pas compris le positif, jamais vous ne pourrez aborder l'autre, jamais vous ne vous coulerez dans le fleuve du négatif.

Prenez la question de la beauté. Qu'est-ce que la beauté ? Les artistes professionnels, des théoriciens, ont écrit des volumes sur ce que peut bien être la beauté — la beauté conformément à l'Orient, à l'Occident, ou l'idéal grec, ou l'idéal égyptien, et ainsi de suite. Comment allez-vous découvrir ? Si vous cherchez une réponse dans ce que vous savez, vous aurez la réponse d'un esprit mesquin, parce que tout savoir est celui d'un esprit mesquin. Et ceci ne veut pas dire que vous devez être sans aucun savoir.

Je vous pose une question. Allez-vous chercher une réponse ? Si vous cherchez une réponse et que vous la trouvez, elle sera toujours en fonction de ce que vous savez déjà ; mais si vous écoutez la question et n'avez pas de réponse, alors qu'est-ce qui se passe ?

☆ *Puis-je poser encore une question ?*

★ Oui, monsieur.

☆ *Comment peut-on vivre dans la négation et continuer à aborder les problèmes pratiques de la vie ?*

★ Mais nous venons de répondre à cette question, monsieur. Cet après-midi, je pourrais aller me promener dans la montagne, puis rentrer chez moi et répondre au téléphone. Dans les montagnes j'ai compris, par conséquent j'ai appris et j'ai agi ; il y a alors un mouvement qui n'est pas celui du positif. Et maintenant, je peux très bien prendre le téléphone, entendre quelqu'un me demander : « Voulez-vous venir dîner ce soir ? » Je répondrai ce qui pourra convenir, qui pourra me plaire ou ne pas me plaire, et il n'y a plus rien à dire. Mais comprendre l'état négatif demande quelque chose de plus. Pour cela, il faut comprendre ce que c'est que d'être seul ; parce que la beauté est solitude.

5 août 1965.

III

Il me semble qu'il est très important de connaître cette question d'une activité positive et de l'activité négative qui n'est pas le contraire de la positive. Il nous faut la comprendre d'une façon fondamentale parce qu'il est besoin d'une révolution immense et radicale dans nos vies. Il nous faut un changement ; toute notre façon de vivre, de penser et de sentir doit subir une complète mutation. Ceci est à peu près évident pour quiconque est le moins du monde sensitif, conscient et lucide, vivant dans ce monde dément et pour tout dire un peu fou.

Dans sa souffrance interminable, l'homme a eu recours à différents subterfuges, à différentes évasions, mais à aucun moment il n'a véritablement été au-delà de la souffrance élémentaire. Ou bien nous rendons un culte à la souffrance, attitude prise par le christianisme, ou nous cherchons des évasions diverses, des inventions, drogues, idées, comme cela se passe en Occident, ou bien encore nous avons recours à des images et à des symboles comme en Orient. J'ai le sentiment qu'à moins de comprendre le positif et le négatif, une mutation radicale ne se produira pas. Nous pouvons nous modifier dans certains domaines de peu de valeur ; modifications dans le monde économique ou social, ou encore dans nos rapports les uns avec les autres, mais tout cela a une portée des plus limitées.

Il s'agit pour nous d'une mutation qui ne doive rien à l'exercice de la volonté, ou au principe du plaisir. Et pour susciter cette mutation, il faut avoir compris ce vaste problème de l'activité positive et de la négative. Il faut comprendre que la négative n'est pas en contradiction avec la positive, n'est pas son opposé, ou n'est pas une réaction

à son égard. Il faut comprendre la structure, la nature, le sens, la portée de l'activité positive, faute de quoi il est impossible d'aborder l'autre. On ne peut que s'évader dans un fatras négatif, sucré, mystique, émotionnel et sentimental, lequel est dépourvu de toute espèce de valeur. Il nous faut donc explorer plus à fond cette question du positif et cela sans chercher à y mettre fin.

Nous disions hier que l'essence même de l'activité positive est de chercher et de trouver !

Voilà une question qui m'intéresse au plus haut point ! Elle me passionne ! C'est une chose à laquelle je n'avais jamais pensé, je n'y ai jamais pensé, cela ne m'est jamais arrivé.

Le positif, comme nous l'avons dit hier, est l'activité autocentrique qui s'identifie à une formule, à une utopie, à une activité sociale et ainsi de suite. Et nous avons dit aussi que le positif c'est ce qui suit, ce qui croît, ce qui se conforme, ce qui obéit, ce qui possède, ce qui domine et ce qui accepte d'être dominé. Dans ce domaine du soi-disant positif on est tranquille, on se sent en sécurité ; tout le mal commence dès l'instant où nous voulons nier l'impermanence de toutes les choses que nous touchons. L'esprit positif a besoin d'un abri à n'importe quel prix. Il établit ainsi un domaine idéologique, Dieu, l'Atman, ou tout autre idéal hindou, chrétien ou bouddhiste. Il élabore une formule et s'y cramponne farouchement, désespérément et pourtant, être sans abri, sans point d'attache, sans réconfort, c'est être sans peur.

Il y a un autre domaine qui a besoin d'être exploré, compris, découvert à fond, il peut être exprimé ainsi : « Quand on cherche on trouve toujours. » Or, chercher implique une distance, et atteindre, trouver, implique une autre distance.

S'il vous plaît, je ne suis pas en train de faire un discours, simplement nous allons discuter de ces choses. Donc, je vous en prie, restez dans le sujet et ne demandez pas comment arrêter la guerre au Vietnam. Nous l'arrêterons peut-être, la guerre au Vietnam, si nous abordons ces questions différemment.

Donc, dès l'instant où l'esprit accepte la distance comme étant le temps nécessaire pour chercher et celui qui est

nécessaire pour trouver, nous sommes dans le domaine de la durée. Nous sommes pris dans ce mode de pensée et nous utilisons le temps comme un moyen de dominer ou d'annihiler la distance, et pourtant le temps en lui-même *est* distance.

Permettez-moi d'exprimer la même chose autrement. J'ai en moi une image de moi-même, un être extraordinaire — les images que nous avons de nous-mêmes sont toujours extraordinaires, délicieuses, divines, spirituelles — et pourtant je suis tout juste ce que je suis : grossier, vulgaire, ambitieux, plongé dans les préoccupations matérielles, ayant beaucoup d'argent, ou n'en ayant pas et en désirant, assoiffé de situation sociale et de prestige ; voilà ce que je suis. Mais l'image que j'ai de moi-même est quelque chose d'entièrement différent, et pour atteindre cette image, pour m'identifier totalement à elle, il me faut du temps, celui qui est nécessaire pour parcourir la distance. Et parcourir cette distance, y parvenir, c'est l'action positive. Mais bientôt je me rends compte que cette image est fabriquée par moi-même et, dès lors, j'aspire à un centre, au-delà de l'image, un centre qui soit permanent : Dieu, la réalité, ou telle ou telle utopie. Ainsi, nous parcourons l'espace qui existe entre l'actuel et l'idéal, et celui qui est au-delà de l'idéal. Et tout cela implique de la distance, et pour parcourir cette distance le temps est nécessaire.

Le temps, comme vous vous en apercevrez si vous regardez en vous-mêmes, si vous vous observez d'une façon réaliste et non pas mythique, est une chose des plus pernicieuses. L'idéal, l'image, est ennemi du fait, il est issu du principe du plaisir, porte en lui la semence de la douleur. Je me sens incapable de faire face au fait de ce que je suis vraiment. Regarder en face ce que je suis, ce qui *est*, n'exige aucun temps ; l'autre procédé, lui, en exige. C'est ainsi que nous avons inventé le temps comme un moyen d'éviter ce qui *est*. Pour regarder *ce qui est*, il n'est besoin d'aucun recul entre l'observateur et la chose observée, mais la distance est nécessaire entre le fait et l'image, et c'est ainsi que le temps engendre le désordre en nous permettant de ne pas regarder directement ce qui *est*. Le temps qu'il faut pour parcourir cette distance n'est pas seulement un gaspillage d'énergie, mais de par sa nature même

il engendre le désordre. L'activité positive est la voie même du désordre.

Ce qui nous intéresse aujourd'hui c'est la mutation complète de l'esprit humain. Celui-ci peut-il être ainsi transformé par l'action du temps ou bien cette transformation jaillit-elle d'une façon instantanée ? Je vois le temps, lequel est la distance entre le fait et l'image, et je le vois comme étant un élément de désordre. Le temps crée la distance entre le fait et l'image, l'espace qui entoure l'image et l'espace qui entoure le fait. Tout ceci je le vois d'une façon *complète*, non pas en tant qu'idée, non pas en tant qu'élément particulier ou fragmentaire, je le vois comme une chose totale. Et ainsi, je rejette *totalement* et globalement le temps comme moyen de faire régner l'ordre. Je le rejette sans savoir ce qui va suivre.

Mais, s'il vous plaît, ne m'écoutez pas, écoutez-vous vous-mêmes tandis que nous parlons.

☆ *Ne devons-nous pas nous mouvoir du positif vers le négatif ?*

★ Vous avez tout à fait raison. Mais je veux que nous comprenions complètement quelle est la nature et la structure intime du positif avant d'aborder autre chose, parce que je sens tout de même qu'il existe une distance d'un ordre tout autre, qui n'est pas *notre* distance, mais je ne veux pas en parler encore.

Regardez, il n'y a aucune mutation possible tant que je fonctionne dans le champ du positif, lequel est né du temps et implique la distance entre le fait et l'image. Il n'y a aucune mutation possible tant qu'il y a cette recherche, cette tension, cet effort pour trouver, qui sont toutes des formes d'avidité, de plaisir, sources de souffrance, de douleur, d'anxiété et de peur. Quand une fois cela, que nous appelons le positif, est bien compris, nous nous en écartons vers quelque chose d'autre. Ce mouvement de s'éloigner n'implique pas une distance, le négatif n'est pas une idée *vers* laquelle vous vous dirigez en vous éloignant du positif.

Cette question de la distance doit être comprise. Vous êtes assis là-bas, l'orateur est assis ici, entre nous il y a une

distance. Il y a une distance entre vous et la personne qui est assise à côté de vous, entre vous et cette montagne ; voilà des faits. Pour atteindre la montagne il vous faut du temps ; c'est un cas où l'objet est très clair. Vous désirez arriver au sommet des Diablerets, vous vous mettez en marche ou vous prenez le téléphérique. Mais en vous, à l'intérieur de votre peau, dans la structure de votre conscience, dans les limites de votre conscience, cela existe-t-il, la distance ? La distance entre quoi ? Il n'y a de distance que quand il y a un centre qui crée de l'espace autour de soi et si ce centre, obéissant au plaisir ou à la souffrance se meut vers un autre, ce mouvement est encore la continuation du même centre, mais dans un champ un peu différent.

☆ *Mais, est-ce que le centre ne crée pas un espace autour de lui ?*

★ Qu'est-ce que c'est pour vous, l'espace ? L'espace entre vous et la montagne, l'espace créé par la tente, à l'intérieur de la tente, ou autour d'elle. Nous ne connaissons d'espace que là où il y a un centre. Voilà un arbre ; l'arbre crée de l'espace autour de soi, un bâtiment crée de l'espace en lui et autour de lui parce que le bâtiment est un centre. Nous ne connaissons d'espace que quand il y a un point fixe autour duquel, et au-delà duquel, il existe. Nous le connaissons quand une image a été fabriquée, élaborée, par le principe du plaisir. Et cette idée nous l'appelons centre et ce centre crée un espace autour de soi. Existe-t-il une autre sorte d'espace ? Et si celui-ci n'est que le résultat d'un objet, d'une idée, d'un centre ou d'une image, alors dans ce champ il n'y a pas de liberté. Un homme qui veut découvrir ce que c'est que la liberté, non pas par curiosité passagère, mais véritablement, doit comprendre à fond cette question d'espace et il doit savoir s'il est possible de se libérer du centre, lequel est une image fabriquée selon le principe du plaisir. Tant qu'il y a une activité dans cet espace, créé par l'image ou par le centre, il ne peut y avoir aucune liberté, et par conséquent aucune mutation.

☆ *Mais si la pensée a créé l'espace et le temps, pourquoi ne peut-elle pas y mettre fin ?*

★ La pensée peut-elle mettre fin à quoi que ce soit, monsieur, véritablement ? Je suis avide, violent ; la pensée peut-elle y mettre fin ? Elle peut *fuir* le fait, ou le supprimer, ou le dominer, ou lui substituer autre chose. Mais la pensée est une réaction aux souvenirs et aux plaisirs accumulés. C'est la pensée qui a créé l'avidité, la pensée elle-même est avidité. Comment peut-elle y mettre fin ?

☆ *L'eau ne peut pas essuyer l'eau.*

★ Si vous voulez, mais continuons. Jusqu'à présent, nous avons considéré la nature, le sens et la structure de ce que nous appelons le positif dans la vie ; cet élément produit du désordre parce qu'il admet le temps. L'esprit voit cela comme un tout et non pas comme un désordre fragmentaire, c'est un désordre total. Dès cet instant, il s'écarte du positif tout naturellement comme on s'écarte d'un poison. Si l'on est névrosé, on peut s'amuser à en prendre par petites doses, s'y habituer, mais si on observe avec une attention saine et nette, on s'écarte. Et ce mouvement n'est pas une réaction au positif, ce mouvement ne se fait dans aucune direction — s'il se fait vers un point donné, ce point serait la projection du positif et le mouvement serait une réaction au positif.

L'esprit ayant compris la nature du poison s'en est éloigné spontanément et naturellement. Ce mouvement *est* la négation. Quand je rejette une chose, je la rejette ou bien par l'effet d'une réaction, et cette réaction est enfantée par le plaisir ou la souffrance, ou bien parce que j'en ai complètement fini avec elle. Elle n'a plus de sens pour moi. Et ce rejet total entraîne un mouvement d'une autre qualité, que nous appelons négatif.

Il faut donc que je voie très clairement si je rejette à cause d'une réaction plaisir-souffrance, ou si c'est un mouvement naturel né de la vision que j'ai eue du positif. Je sais dorénavant d'une façon très intime exactement ce qui se passe dans le champ du positif. Je ne peux plus être la proie

d'une illusion, je ne peux plus me laisser tromper, je ne peux plus étendre un voile sur les choses. J'ai scruté chaque aspect, chaque recoin, chaque mouvement secret, chaque désir, chaque recherche, chaque réussite. Il n'y a plus aucun mouvement générateur d'illusion parce que le principe du plaisir est totalement absent.

☆ *Et l'espace ?*

★ Monsieur, ne pouvons-nous pas pendant un instant oublier la question de l'espace ? Voyez-vous, il est très important de comprendre cette action de rejeter, d'écarter, d'abandonner. Quand vous voyez quelque chose qui est empoisonné vous vous en écartez physiquement et psychologiquement. Je me demande si jamais vous avez rejeté quelque chose qui était pour vous une source de plaisir ?

☆ *Je mange quelque chose qui me fait mal et je le rejette.* (Rires.)

★ Laissons cela de côté et allons de l'avant. Faites-vous jamais quoi que ce soit sans motif ; renoncer à fumer, renoncer au whisky, ou à n'importe quelle habitude dont vous êtes esclave ? Allez-vous y renoncer sans motif ? L'avez-vous jamais fait ? Non pas parce que tel aliment vous fait mal et alors, à cause de cela, vous y renoncez. Mais avez-vous jamais renoncé à quelque chose d'agréable non pas parce qu'un plaisir plus grand vous y incite, mais ne l'avez-vous pas fait sans motif aucun ? Vous ne l'avez jamais fait. C'est là notre drame. Vous renoncerez bien à telle chose en vue d'un plaisir plus grand, mais tout cela se passe dans le champ du positif. Comprendre la nature, la structure, la signification du positif, en soi-même, c'est s'en écarter. Aucun motif ne vous pousse à vous en écarter, mais quand vous avez vu la structure du positif, il n'a plus de sens, et vous en êtes déjà sorti.

☆ *Mais avant de voir la signification du positif afin de pouvoir le rejeter, il faut avoir passé par une très grande connaissance de soi.*

★ Monsieur, nous avons posé une question très simple. Avez-vous jamais fait quelque chose sans motif, tel que plaisir ou peine ? Etes-vous capable de faire quelque chose sans motif ? Pouvez-vous être bon, généreux, non violent, non acquisitif, non pas parce que vous désirez le paradis, la paix, ou parce que vous pensez vivre confortablement, mais simplement vous le faites. Si vous ne l'avez pas fait, alors je crois que vous ne pouvez pas aller plus loin ; parce que nous entrons là dans une dimension, dans un champ où il n'y a plus de motif, ou il n'existe plus qu'action. Le motif c'est l'action positive et il entraîne le désordre. Cela, si vous ne l'avez pas compris *complètement*, vous ne pouvez pas aborder l'autre chose quelque désir que vous en ayez. Peut-être direz-vous : « Eh bien ! continuez d'en parler, j'aime écouter » — mais cela n'a pas de sens ! Quand vous aurez fait une action sans motif, vous commencerez à connaître le négatif.

☆ *Mais la spontanéité est sans motif.*

★ C'est là un mot très dangereux. Nous nous figurons être spontanés quand nous ne le sommes pas. Etre spontané est une chose extraordinaire. Sauter dans une rivière quand vous voyez quelqu'un qui se noie, sans calcul, sans héroïsme, sans qu'il y ait de témoin, c'est un incident très rare. Etre réellement spontané exige une compréhension immense du positif. L'univers du positif est sans rapport avec l'univers ou la dimension du négatif. Cela c'est une des premières choses dont il faut se rendre compte.

☆ *Mais ce n'est pas le contraire.*

★ Ce n'est pas le contraire, *jamais*. Dans le monde du négatif n'existe plus que l'action, il n'y a plus motif et action, ou idée suivie d'action.

Pour autant que je comprenne l'électricité, il semble que ce n'est que quand le positif et le négatif se rencontrent qu'il y a une explosion. Il n'existe jamais d'explosion dans le positif. Et dans ce champ qui est négation totale, il y a

un mouvement positif qui est la rencontre du négatif et du positif, qui est action.

☆ *Ne devons-nous rien faire que de regarder ?*

★ Ne rien faire ? Mais nous avons fait beaucoup. Nous avons découvert que le positif, tel que nous le connaissons, est destructeur, et c'est pour cela que les êtres humains sont si monstrueusement laids et si destructeurs. Et dans ce champ que nous appelons négatif, qui est d'une dimension absolument différente, sans aucun rapport avec le positif, et qui n'est pas une réaction à l'égard du positif, il existe un positif différent qui est action. Il n'y a plus pensée et action, il n'y a plus ce règne de l'idée créé par le plaisir organisé et que suit l'action. Toutes ces choses appartiennent au champ du positif. Il ne reste plus qu'*action*, et cette action ne peut se produire que quand il y a cet autre positif qui est sans rapport avec celui que nous connaissons, et la négation totale.

☆ *Vous avez demandé tout à l'heure si jamais nous avons agi sans motif.*

★ Monsieur, en êtes-vous encore là ?

☆ *Mais vous nous avez posé cette question.*

★ Oui, mais depuis j'en ai posé une autre.

☆ *Mais la première question, il est très difficile d'y répondre. La question était si jamais j'ai fait quelque chose sans motif. Je me figure quelquefois l'avoir fait et je découvre toujours qu'il y avait un motif caché.*

★ Il est probable que nous n'avons jamais rien fait sans motif, conscient ou inconscient.

☆ *Jamais ! Quand on aime vraiment il n'y a pas de motif. Mais je ne parle pas d'amour physique !* (Rires.)

★ L'auditeur dit que quand on aime *vraiment*, il n'y a pas de motif. Je ne sais pas ce que cela veut dire.

☆ *Je pourrais m'exprimer autrement.*

★ Vous pouvez l'exprimer de beaucoup de façons différentes, mais c'est toujours la même chose. L'amour physique, l'amour sensuel, l'amour faux, toutes ces choses sont fragmentaires, divisées, mais dans l'amour réel il n'y a pas de motif.

Voyez-vous, nous parlions de quelque chose qui est véritablement extraordinaire.

☆ *Excusez-moi, mais je n'avais pas compris ce que vous aviez dit de l'état positif. Moi, je croyais que vous parliez en général. Mais je dis que si on le veut on peut faire quelque chose sans motif.*

★ Voyez, ce que nous appelons amour se manifeste en tant que jalousie, possessivité, obstination, vanité, domination. Même si nous l'appelons amour ce n'est pas vraiment de l'amour. C'est notre vie quotidienne avec tous les tourments qu'elle implique. Vous m'aimez, je ne vous aime pas, je suis jaloux, tout ce qui s'ensuit. Et si nous acceptons cela comme étant la seule chose qui existe, nous en prendrons notre parti. Vivant dans une cellule, nous en décorons les fenêtres ; ou bien nous sommes plongés dans le plus affreux désespoir. Nous ne disons pas qu'il y a un amour vrai, ou un vrai amour spirituel et tout cela, nous n'en savons rien. Mais si l'esprit se dit : « Voyons, je voudrais quelque chose qui ne consiste pas à se débattre dans le filet de cette jalousie, de cette possessivité, de ce mien, tien, amour physique, amour spirituel, amour divin, amour profane. Je voudrais quelque chose qui soit autre que tout cela. » Existe-t-il quelque chose d'autre ? Le fait est, nous sommes *ceci* et, à moins de faire face à ce fait — ce qui nous rendra libres — il n'y a aucune possibilité de quoi que ce soit d'autre.

Nous connaissons tous l'action qui a sa racine dans l'idée, l'action, issue d'un effort pour se rapprocher ou

pour s'ajuster à une idée, l'idée étant du plaisir élaboré, une question de souvenir, d'expérience, de savoir, toutes choses qui sont toujours positives. Mais tout à l'heure, je parlais d'une chose entièrement différente, d'une action qui n'a pas sa racine dans une idée. Dans l'état négatif, dans cet état du négatif qui n'est pas positif, il ne reste plus qu'action et par conséquent pas d'idée. Il peut y avoir action sans idée, et la pensée n'a *aucune* place dans cette dimension-là.

☆ *Quand vous dites que la pensée n'a aucune place dans cette dimension, je ne vous suis plus.*

★ Monsieur, quand vous servez-vous de votre pensée ? Ou, si la pensée agit, quand prenez-vous conscience qu'elle agit ? Si je vous pose une question qui vous est des plus familières : « Quel est votre nom ? » votre réponse est immédiate. Cet immédiat peut prendre quelques secondes, mais c'est presque instantané, parce que vous connaissez la question très bien, et très bien la réponse. Et maintenant allons un peu plus loin. Voici une question que vous connaissez un peu moins bien, comme par exemple le kilométrage entre ici et Zürich. Et vous dites : « Je ne sais pas, mais je vais chercher, ou bien je vais demander à quelqu'un qui sait, par exemple le garagiste. » Pour cela il vous a fallu du temps. Entre la question et la réponse il y a eu un laps de temps pendant lequel vous avez essayé de trouver. Puis, il y a une question à laquelle vous ne pouvez pas répondre, ou à laquelle il n'y a pas de réponse. Alors que faites-vous ? Pendant le laps de temps qui sépare la question de la réponse, vous réfléchissez, vous recherchez, vous demandez, vous attendez, vous exigez, vous regardez dans un livre, vous allez trouver un professeur, un homme de science ou un prêtre. Dans cet intervalle qui s'écoule entre la question et la réponse, il y a eu laps de temps, c'est la pensée.

Et maintenant, si on vous pose une question où la pensée ne fonctionne pas du tout et vous dites : « Non, alors là vraiment, je ne sais pas », dans cet état-là il n'y a pas d'attente, pas d'expectative, parce qu'il n'y a personne qui pourra vous répondre. Par exemple, vous ne savez absolu-

ment rien sur la mort, n'est-ce pas ? Vous avez vu la mort. Et si on vous pose la question de ce qu'il y a au-delà, de ce qu'est la nature de la mort, de la structure de cette chose extraordinaire, si vous êtes vraiment honnête avec vous-même, et si vous ne voulez pas inventer des théories, vous dites : « Je ne sais pas. »

Quel est l'état de l'esprit qui dit : « Je ne sais pas » ? Y a-t-il pensée ? Peut-on dire qu'il y a véritablement pensée ? Vous n'attendez rien, votre cerveau se trouve devant une chose à laquelle il ne peut absolument pas répondre, les cellules cérébrales sont apaisées, parce qu'il n'y a pas de réponse, il n'y a pas de réaction. Et, ou bien vous tombez dans l'indifférence à l'égard de la question et vous l'abandonnez, ou bien vous restez avec elle sans en connaître la réponse. Vous n'acceptez pas ! Votre esprit, votre cerveau sont apaisés parce qu'ils ne savent pas. Y a-t-il pensée ? Et pourtant votre esprit est extraordinairement actif. Et votre cerveau est actif, il ne s'est pas endormi, il n'est pas mort.

Cet esprit, ce cerveau sont alors complètement vivants. Avant, ils attendaient une réponse, ils demandaient, ils exigeaient, ils regardaient, tout cela. Quand il n'y a aucune réponse, cela ne veut pas dire que vous dormez, au contraire. Tout votre corps, tout votre organisme, votre esprit, vos cellules cérébrales, sont extraordinairement actifs ; mais la pensée est absente. Ecoutez, dans cet état intensément vivant, écoutez cette auto, ce train, et qu'est-ce qui se passe ? Y a-t-il pensée ? Il y a l'état d'un esprit d'où la pensée est totalement absente. C'est un état d'action. Et quand cet état se trouve devant quelque chose à accomplir, ce qu'il fait n'est pas basé sur une idée.

Nous connaissons donc la nature pernicieuse de l'action positive. Et quand celle-ci est comprise totalement et non verbalement, mais *complètement*, pas fragmentairement, mais globalement, surgit un état naturel qui est négation. Un esprit négatif qui n'est pas inerte, qui n'est pas une réaction, et qui n'est pas le pur rejet du positif ; un tel esprit est intensément actif, et par conséquent il est action. L'esprit lui-même est action.

6 août 1965.

IV

De quoi allons-nous parler ce matin ?

☆ *Nous avions commencé à chercher si le penseur pouvait être véritablement connu. Pouvons-nous aller plus avant dans ce sens ?*

☆ *Ne pouvez-vous pas nous parler du présent ?*

☆ *Est-il possible de nous voir tels que nous sommes, sans condamnation ni justification ?*

☆ *Monsieur, vous avez dit que, dès l'instant où le négatif et le positif se rencontrent, il y a explosion. Cela signifie-t-il qu'à ce moment-là tout le positif explose ?*

★ Ah ! non, nous parlions de quelque chose d'entièrement différent. Mais laissons donc au passé ce dont nous avons discuté hier. Il y a un auditeur qui voudrait savoir ce que c'est que le maintenant, le présent. Une autre question est celle-ci : « Pourquoi condamnons-nous sans cesse, pourquoi justifions-nous sans jamais observer ce qui *est* ? » Voulez-vous que nous parlions de cette question du présent ? Et peut-être qu'en faisant cela, monsieur, nous pourrons répondre à votre question et à la vôtre aussi, madame. Le présent, le maintenant, le mouvement actif du présent, implique la compréhension du temps, n'est-il pas vrai ?

☆ *Est-ce que le temps est un mouvement de l'esprit ?*

★ Nous approfondirons ce qu'est le temps, non pas seulement le temps chronologique, mais aussi les autres domaines où la pensée engendre ou fabrique cette chose que

nous appelons le temps. Le temps implique distance, implique un mouvement...

☆ *Si nous nous servons sans cesse de notre pensée, nous sommes arrachés au présent. Chaque pensée que nous avons nous sort du présent.*

★ Ah ! oui. Chaque pensée que nous pouvons avoir est un mouvement qui nous éloigne du présent. Mais pour comprendre le présent, quelle que soit cette chose, n'avons-nous pas à observer tout le domaine où règne le temps. Ne devons-nous pas examiner celui-ci comme étant le passé, le présent qui est le maintenant, et l'avenir, qui sont tous un seul et même mouvement ? Pouvons-nous isoler le présent comme quelque chose de distinct et de séparé du passé et de l'avenir ?

☆ *Le présent contient en soi tout le passé.*

★ Oui, je comprends tout cela. Allons-nous parler de toutes ces choses verbalement et intellectuellement pour argumenter, ou dialectiquement, ou cherchons-nous réellement à découvrir comment vivre dans un état où le temps n'engendre pas le désordre ?

★ *Eh bien ! voyez-vous, si vous* vivez *vraiment dans le présent, il y* a *ordre.*

★ Mais, madame, comment vais-je vivre dans le présent ? Qu'est-ce que cela veut dire ?

☆ *Mais vous êtes dans le présent.*

★ Oh ! Oh !

☆ *Mais la pensée s'interpose toujours.*

★ Bon, vous dites que véritablement je vis dans le présent, mais que c'est la pensée, l'esprit qui s'interposent. Eh bien ! comment est-ce que je peux l'en empêcher ? Comment puis-je empêcher mon esprit d'intervenir ?

★ *En étant lucide, conscient, en voyant que chaque mouvement de pensée, chaque instant de pensée, vous sort du présent.*

★ Mais pourquoi l'esprit nous sort-il du présent ? Si le présent est si extraordinairement important, s'il a une signification de premier plan, pourquoi la pensée cherche-t-elle à s'écarter de ce présent. Pour comprendre le présent, pour vivre dans le présent, il me faut comprendre tout le domaine du temps, tout le champ du mouvement de la pensée, le mouvement de l'esprit, le mouvement du désir, et tout cela.

☆ *Mais n'est-ce pas là retomber dans l'ancienne façon d'être ?*

★ Je ne me retourne pas vers la façon ancienne ou nouvelle. Voyez, madame, comprenons-nous ce que cela veut vraiment dire que de vivre *complètement* dans le présent ?

☆ *Mais vous n'avez pas à le comprendre, il faut* le vivre. *Il n'est pas besoin de compréhension, il n'est besoin que d'une prise de conscience immédiate et constante.*

★ Mais, malheureusement nous ne l'avons pas cette prise de conscience constante. Et comment la cultiver ? Comment y parvenir ?

☆ *Mais, voyez-vous, si on vit dans l'instant présent, on sait à chaque instant ce que c'est que de vivre ainsi.*

★ Bon, bon. Mais si je vis dans le présent, qu'est-ce que cela veut dire ? Qu'est-ce que cela veut dire de vivre dans le présent ?

☆ *Cela veut dire ne pas avoir de problèmes. Il n'y a* plus *de problèmes. Si vous avez un problème, c'est l'esprit qui le crée. Je vous ai écouté et je me suis exercée à cela dans ma vie.*

★ Oui, je comprends, madame. Mais s'exercer ce n'est pas vivre.

☆ *Il y a beaucoup de choses qui dépendent du sens que l'on donne aux paroles dont on se sert.*

★ Je le sais. Et c'est pour cela que nous essayons de clarifier le sens des mots dont nous nous servons. Eh bien ! je voudrais savoir ce que cela veut dire que de vivre dans le présent.

☆ *Mais on n'a pas à le trouver, on le vit.*

★ Voyons, voyons, ayons un peu de patience en tout ceci. S'il vous plaît, ne vous laissez pas irriter par cette dame, ou ne souriez pas d'elle. Découvrons ensemble ce que cela veut dire que de vivre dans le présent. Qu'est-ce que cela veut dire ?

☆ *C'est à moi que vous posez la question ?*

★ Je la pose à tout le monde.

☆ *Cela veut dire que vous n'avez pas de problèmes. Tous les problèmes sont créés par l'esprit quand il s'écarte du présent.*

★ Je n'ai pas de problèmes du tout, mais il se pourrait que je sois entièrement endormi, ou entièrement éveillé. Lequel des deux est le cas ?

☆ *Totalement éveillé.*

★ Eh bien ! maintenant, qu'est-ce que cela veut dire d'être tout à fait éveillé ? Ne me répondez pas : « Pas de problèmes. » Et puis ne me dites pas non plus : « Vous le verrez, vous le saurez quand vous y serez, et tout ce qui s'ensuit. » Qu'est-ce que cela veut dire avoir un esprit qui vit dans le présent, et qui est sans problèmes ? Est-ce que cela signifie que cet esprit est totalement endormi, ou tota-

lement éveillé ? Attendez une seconde ! Qu'est-ce que cela veut dire d'être totalement éveillé ?

★ *On ne vit qu'un instant à la fois. On n'a qu'un seul instant à la fois dans sa vie, et c'est l'esprit, la pensée, qui vous font croire qu'il y a un passé et un avenir. Et si vous pouvez vivre cet instant comme il le faut, vous n'avez pas à vous préoccuper d'autre chose.*

★ Je comprends, madame. Malheureusement, je crois que j'ai déjà beaucoup parlé de tout cela.

☆ *Oui, mais il faut le vivre.*

★ Mais attendez un peu ! Je peux le vivre ou ne pas le vivre.

☆ *Mais je ne dis pas que* vous *ne le vivez pas.*

★ Je n'en sais rien, peut-être que oui. Je me dis à moi-même : « Peut-être que je le vis, peut-être pas, je n'en sais rien » ; et je me dis à moi-même : « Qu'est-ce que cela implique que de vivre un seul instant d'une façon totale ? » Qu'est-ce que cela implique ?

☆ *Mais pourquoi voulez-vous savoir ce que cela implique ?* (Rires.)

★ Attendez, madame, je veux découvrir si je ne m'illusionne pas. Je veux découvrir si ma façon de vivre est tellement verbale que quand je dis : « Eh bien ! je vis *complètement* dans l'instant présent », c'est une forme d'auto-hypnose. Peut-être que je crée une illusion, cette illusion selon laquelle je vis totalement dans l'instant présent. Peut-être qu'en fait je suis bouché, dépourvu de toute sentivité, je ne me rends pas compte de ce qui se passe, non pas seulement dans l'instant immédiat, mais tout autour.

★ *Mais de quel instrument allez-vous vous servir pour découvrir si vous vous hypnotisez vous-même ?*

★ Voilà qui est bien. Quel est l'instrument dont je me sers pour découvrir ? En général, nous utilisons cet instrument qui a été créé par des réactions, par des condamnations, des justifications, l'instrument qui est le censeur, un arrière-plan intellectuel élaboré selon une certaine culture, et c'est là le seul instrument dont nous disposons. Nous servons-nous de cet instrument-là pour découvrir l'instant présent ? Ou bien n'y a-t-il pas un autre mouvement, un autre instrument entièrement différent qui n'est pas né du temps ? Je ne vois pas très bien comment on peut vivre complètement, totalement dans le présent, sans être libre consciemment et inconsciemment. Libre de la structure psychologique, de l'avidité, de l'envie et de tout ce qui s'ensuit. Je ne sais pas ce que *signifie* de vivre complètement dans l'instant présent. Et si vous me répondez : « Vivez-le », je dis que je le vis, mais au fond je n'en sais rien. Je ne peux pas savoir ce que cela signifie de vivre complètement dans l'instant présent. Si je me figure que c'est là ce que je fais, je me trompe peut-être, je me laisse duper par une illusion.

Et maintenant, si vous voulez me le permettre, pourrons-nous trouver ce présent sans contorsionner toute la vie pour la faire tenir en un seul instant ?

☆ *Mais vous ne pouvez pas contorsionner toute la vie et la renfermer dans un seul instant. Parce que vous êtes la vie tout entière jusqu'à cet instant-là.*

★ Madame, je comprends. Mais comment puis-je mettre fin à cette effrayante pensée qui avance, qui erre, qui déforme, qui engendre des illusions, qui est en lutte avec elle-même. Comment puis-je y mettre fin ?

☆ *Il est nécessaire d'en prendre* conscience.

★ Et tandis que j'en prends conscience, je ne vis pas dans le présent. Le présent a fui parce que je vis. Je prends conscience de quelque chose qui est déjà fini.

☆ *Vous observez chaque mouvement de l'esprit, vous*

faites attention, vous observez comment ce mouvement cherche à prendre un point de vue opposé à l'autre.

★ Je comprends tout cela. J'en ai parlé et, comme vous l'avez dit, vous avez beaucoup lu sur ce sujet. Permettez-moi de le suggérer : évitez les conclusions. Reprenons tout par le commencement, peut-être pourrons-nous alors aborder la question d'une façon toute neuve. Recommençons pour découvrir à nouveau ce que c'est que de vivre dans l'instant présent, dans une totale instantanéité. Découvrons la chose à nouveau. N'allez pas me dire : « Prenez conscience de votre passé, prenez conscience du mouvement de l'esprit », et ainsi de suite, et ainsi de suite. Tout cela je le sais. C'est ce dont nous avons parlé pendant quinze causeries. Laissez tout cela de côté et cherchons une autre façon d'aborder la question. Il y a peut-être un mouvement nouveau, complètement différent, qui viendra tout naturellement.

Dites-moi quelle est l'essence du temps ?

☆ *C'est une succession d'événements.*
☆ *C'est un mouvement.*
☆ *C'est la nature de la durée.*
☆ *C'est la distance.*

★ Voyez, j'ai posé une question. Je ne sais rien d'elle. Réellement je ne sais pas. Voilà une personne qui dit : « C'est un mouvement, c'est une succession d'événements », une autre dit : « C'est de la durée », une troisième encore : « C'est de la distance. » Mais tout cela est-il l'essence du temps ? Je ne dis pas que cela ne l'est pas. Mais je veux découvrir. Pas vous ? Vous avez émis des opinions, vous avez exprimé la chose verbalement, peut-être êtes-vous dans le vrai, peut-être est-ce un fait, l'essence, et peut-être l'avez-vous trouvé. Mais donnez-nous notre chance. Donnez à cet autre homme, et à moi, un peu d'espace entre la question et la réponse, un peu d'espace ; pas ce que vous pensez, et ce que moi je pense, ou votre opinion, ou ce que vous découvrez par vous-mêmes comme étant un fait ; donnez à cette personne et à moi un peu d'espace pour nous permettre de découvrir par nous-mêmes.

Pourquoi je demande de l'espace ? Qu'est-ce que j'entends par cet espace ? Je veux dire un intervalle, n'est-ce pas ? Laissez-moi respirer ; ne me donnez pas de nouvelles idées et encore des paroles. Laissez-moi un peu d'espace, un peu de temps pendant lequel je peux tâter, rechercher, me demander, regarder. Une question a été posée : « Quelle est l'essence du temps ? » et vous avez donné des réponses. Vous êtes peut-être beaucoup plus rapides que moi et vous voyez les choses beaucoup plus vite. Mais moi aussi je voudrais voir et je me dis : « Quelle est l'essence du temps et comment puis-je la trouver ? » Mais si vous êtes à me harceler tout le temps avec vos opinions, vos idées, votre savoir et vos faits, je n'ai aucune liberté qui me permettra de découvrir par moi-même.

Donc, il me faut de la liberté. Il me faut être affranchi de votre opinion, de votre savoir, de vos faits, de vos avis sur la vérité, qui peuvent être justes ou qui peuvent ne pas l'être. Toutes ces choses veulent m'influencer, m'acculer au mur, jusqu'au moment où je dirai : « Oui, vous avez raison », et j'accepterai ce que vous dites. Et ce n'est pas cela que je veux faire. Je veux être libre. Il faut qu'il y ait liberté, non seulement à l'égard de vos opinions, de vos jugements, de votre vérité, mais également de mes propres préjugés, de mes propres conclusions, de ce que je peux avoir compris, de ce que j'ai lu, il faut que je sois libre de tout cela.

Je commence à découvrir, à répondre à cette question : « Qu'est-ce que l'essence du temps ? » et pour cela il me faut de la liberté. Il faut aussi que j'aie un espace qui ne soit pas plein de bruit. Il me faut un espace où il y ait silence. Cette question est nouvelle pour moi. Donc, il faut qu'il y ait liberté, il faut qu'il y ait un sentiment de silence dans lequel rien n'est exigé, aucune réponse immédiate ne vient me heurter, un silence où il n'y a ni hâte, ni obligation.

Donc, il me faut la liberté, il faut que j'aie un espace dans mon esprit qui est *complètement* calme, silencieux, qui n'attend rien, aucune réponse, qui ne compte sur rien. Et alors, peut-être, pourrai-je découvrir par moi-même, non pas une *opinion*, mais la vérité de ce que c'est que l'essence du temps. Peut-être découvrirai-je cela demain ou l'année

prochaine, cela n'a pas d'importance. Ce qui est important, c'est que le champ doit être éclairé, et la fondation être établie.

☆ *Mais qu'est-ce que c'est que le temps ?*

★ Monsieur, nous ne demandons pas ce que c'est que le temps. Nous cherchons à découvrir ce que c'est que l'essence du temps, comme l'essence d'un pin ou d'une fleur.

☆ *Le temps est-il une quantité ou une qualité ?*

★ Ce monsieur voudrait savoir si le temps est une quantité ou une qualité ! Hier, quelqu'un a proposé que les questionneurs soient mis à l'amende. (*Rires.*) A cela on m'a répondu : « Vous êtes un fasciste. » (*Rires.*) Non pas que nous allions donner des amendes ici, ou qu'il y ait un Mussolini ou un Hitler, mais enfin c'était une idée assez amusante.

Ça y est. J'ai vu la chose ! Et *vous* ? N'importe quel mouvement dans n'importe quelle direction, implique un centre et un objet vers lequel il se déplace. Je pars d'ici pour aller au chalet, dans les chambres où j'habite. Il y a donc un mouvement d'ici à là. Ce mouvement exige du temps, non seulement du temps physiologique, mais aussi le temps psychologique qui dit : « J'ai faim et j'ai envie d'arriver. » Et ainsi, n'importe quel mouvement dans n'importe quelle direction, part d'un centre vers une périphérie, et implique le temps. Et ainsi, l'essence du temps c'est non-mouvement. Qu'en dites-vous ? C'est très intéressant. Je vous en prie, écoutez.

Je ne connais le temps que comme mouvement, pensée, le mouvement d'une idée en action. Je ne connais aucun autre temps. Je connais le temps comme passé avec tous les souvenirs, le savoir, l'expérience, le passage à travers le présent, à travers le maintenant que nous appelons action et qui engendre le demain. Donc, le temps *c'est* cela. C'est ce mouvement, ce mouvement sans fin, partant du passé, penché sur l'avenir, du centre vers un objet particulier, et de l'objet vers le centre en tant que réaction. Tout cela, nous le savons, est uniquement un mouvement dans le champ

du temps. Et, s'il n'y a *aucun* mouvement du tout, est-ce alors du temps ? L'essence du temps, c'est la cessation de tout mouvement et, par conséquent, c'est du non-temps. L'essence du temps c'est le *non*-temps. Et il me semble que cela est vrai, toujours. Et cette dame veut dire que le maintenant c'est justement ce non-temps qui exclut tout mouvement.

Donc, ce mouvement qui est une chose fabriquée, qui a été engendré à travers le temps, et qui est le *tout* de *moi* — non seulement le moi physique, mais le conscient et l'inconscient, toute la structure de moi — c'est un mouvement dans le champ du temps. Et comment ce mouvement peut-il prendre fin — non pas par le sommeil, non pas par un mouvement illusoire, ou par une formule idéologique — sans aucune espèce d'effort venant de l'esprit ?

Si vous voulez, exprimons la chose autrement. Chacun d'entre nous, chaque être humain, est le résultat du temps — 2 000 000 d'années, plus ou moins — il a une longue histoire derrière lui, non seulement l'histoire des faits, mais une histoire factice, une histoire collective, l'histoire de son père, de sa mère, de ses traditions, de tout ce qu'il est. Et toute cette histoire a une vie à elle, une vie immense, l'inconscient, le passé. L'esprit conscient, lui aussi, a ses propres activités : aller à son bureau tous les jours, suivre une certaine routine, un certain modèle, et il y a une division, un intervalle, entre ce domaine immense et non exploré, et la vie superficielle où règne la conscience quotidienne. Voilà ce qui se passe en chacun de nous. Chacun possède un mouvement à soi, chacun a sa propre vie, ses élans, son but, sa crainte, son anxiété, son désespoir. Cette division peut-elle être détruite, de sorte qu'il n'y ait plus qu'un mouvement, et non pas des mouvements contradictoires ? Ceci signifie une prise de conscience globale du passé et du présent, et non pas d'un passé ou d'un présent fragmentaires.

L'esprit est conscient, il perçoit, il écoute l'histoire du passé, laquelle a une vie à elle, vivace et sans cesse en mouvement. L'esprit est également conscient de la vie quotidienne. Les deux choses ne sont pas entièrement séparées, il y a entre elles un rapport ténu. Il faut donc prendre totalement conscience de ces deux processus, le processus cons-

cient et le processus inconscient. Est-il possible d'être conscient de toute cette structure sans introduire le temps ?
Est-ce que vous vous intéressez à ce que nous disons ?

☆ *Mais oui.*

★ Pourquoi ? Cela nous intéresse parce que c'est la seule vie que nous ayons. Toute autre vie est purement spéculative, c'est un champ où tous les théologiens peuvent s'en donner à cœur joie. Mais cette vie est la seule dont nous disposions ; et il y a tant de souffrances en elle, de confusions, d'anxiétés, de maladies et la mort, et le désir de se porter bien, et tout cela se poursuit en chacun de nous. Notre esprit est torturé et tout naturellement veut découvrir un moyen de s'en sortir ; celui-ci peut nous conduire tout droit à une évasion. Il faut être très attentif à ne pas s'évader ; il nous faut découvrir ce que signifie une évasion. Je puis dire que je ne désire pas m'évader, et pourtant je le fais au moment même sans m'en douter. Ainsi, l'esprit doit découvrir comment il s'évade.

Or, on voit que la première des évasions c'est la verbalisation, nous le faisons *tout* le temps. Nous sommes conscients du mouvement de notre conscience totale, et l'évasion commence quand nous disons : « Cela me plaît » ou « cela ne me plaît pas », ou « ça, c'est de la jalousie », ou « ceci, c'est de la colère », ou « ceci, c'est de l'avidité », ou « ceci, c'est l'observateur », ou « ceci, c'est de la condamnation » et « ceci, la justification ». Tout mouvement qui nous éloigne du fait, un mouvement verbal, un mouvement de condamnation, de justification ou d'interprétation, tout cela ce sont des évasions.

Ainsi, toute évasion est une déperdition de l'énergie qu'il nous faut pour regarder le fait en face. Que je m'évade de propos délibéré, par des distractions, par la sexualité, par l'alcool, par la marijuana, ou par ceci ou cela, toute évasion faite de propos délibéré, c'est éviter le fait. Je vois clairement que toute évasion est une déperdition d'énergie, et j'ai besoin de mon énergie tout entière pour faire face au fait. Pour comprendre le fait, il faut qu'il n'y ait aucune évasion et, dès cet instant, je ne m'évade plus, donc il n'y a plus d'évasion. Ce n'est pas une question de savoir com-

ment je vais cesser de m'évader. Je me rends compte que toute évasion, que ce soit condamnation, verbalisation, justification, que ce soit de dire : « Ceci ne me plaît pas », « ceci me plaît », « c'est un plaisir », « c'est une souffrance », « je voudrais m'évader », toute forme d'évasion constitue une déperdition d'énergie.

L'esprit voit se dissiper l'énergie par l'évasion et, dès cet instant, il n'y en a *plus*. Vous ne condamnez plus, vous ne justifiez plus ; ce qui vous intéresse, c'est le fait, ce qui *est*. Il n'y a plus d'interprétation. Vous n'essayez plus de dire : « Mais cela, ça ne me plaît pas », parce que toute condamnation, justification ou interprétation ont leur racine dans le principe du plaisir, dans l'idée que telle chose va vous procurer du plaisir, ou de la souffrance. Et dès l'instant où vous voyez cela, toute votre énergie est orientée vers l'observation du fait, et du fait seul. Le fait, c'est ce qui *est*.

Pour observer le fait, ce qui *est*, y a-t-il une distance entre l'observateur et la chose qui est ? Je m'évade par un culte religieux, en lisant, ou autre chose, et parce que vous m'avez parlé, tout à coup, je me rends compte de toute cette absurdité. Et dès cet instant mon énergie est concentrée, elle a un foyer.

Je me demande s'il existe une autre forme de gaspillage d'énergie et je découvre qu'il y en a une, qu'il y a un gaspillage encore beaucoup plus considérable qu'une simple évasion vers quelque chose d'enfantin, tel que le succès ou la renommée. L'esprit découvre qu'entre ce qui *est* et l'observateur, il y a espace, il y a une distance ; et cette distance est, elle aussi, déperdition d'énergie parce qu'elle implique le temps. Mais quand il y a une cessation totale, volontaire et facile, sans rejet violent, il n'y a plus d'espace, il ne reste plus que le fait, et il n'y a plus l'observateur qui contemple le fait. Dès qu'il y a un observateur qui regarde ce qui *est*, il y a une distance, et cette distance est déperdition d'énergie parce qu'elle implique le temps.

L'esprit découvre alors combien ces différentes formes d'évasion sont subtiles, en le découvrant, lui-même devient extrêmement subtil et sensitif. Il faut qu'il y ait une grande sensitivité, et une grande subtilité, pour observer le fait.

Maintenant, avançons encore un peu. Le fait lui-même perd de son importance. Ce qui est important, c'est l'esprit qui regarde ce qui *est*, ce n'est pas le fait lui-même. Voyez cet arbre. Qu'est-ce qui est important ? L'esprit qui regarde l'arbre est la chose importante. L'arbre a bien son importance. Mais quand vous regardez l'arbre, quand il n'y a plus aucun mouvement d'aucune espèce — qu'il y a une énergie complète, la forme la plus haute de la sensitivité, extrêmement rapide dans son mouvement — vous verrez alors que les faits ont très peu d'importance.

Supposons que je sois en colère. Très bien. Ma colère est passée, je ne m'y cramponne pas, elle est finie. Ce n'est pas qu'il faille mettre fin à la colère, ce serait trop bête. Mais à comprendre tout ce processus, l'esprit est devenu extraordinairement vivant, sensitif, subtil, non pas sensitif par zones, par fragments, comme l'est un artiste ou un poète, un écrivain ou toute autre chose, mais c'est une sensitivité totale ; un esprit qui est totalement sensibilisé n'a plus en lui aucun mouvement. Pour un tel esprit il n'y a pas de temps ; il est l'essence du temps, mais il n'y a en lui aucun temps.

C'est *cela*, le présent. Cela signifie vivre dans un vide *total*, un vide extraordinairement actif ; ce n'est pas que l'esprit se soit endormi et se soit vidé comme une coupe. L'esprit est vide parce qu'il n'a en lui-même aucun mouvement, à partir de là il fonctionne. Et quand la question s'élève : « Est-il possible de vivre sa vie quotidienne dans cet état-là, d'aller à son bureau et d'agir à l'égard de tous les détails de ses affaires ? » Cet état c'est le présent, c'est l'essence même du temps, qui est le non-temps. Est-il possible de vivre une vie quotidienne ayant *cela* dans l'esprit ? Cela, voyez-vous, c'est vous qui devez le découvrir pour vous-mêmes.

☆ *Quand il y a détresse, est-ce que c'est toujours causé par l'apitoiement sur soi-même ?*

★ Je me demande, madame, si vous avez écouté ce qui a été dit. Ce n'est pas que nous voulions éviter votre question. Mais, voyez-vous, vous êtes restée avec votre problème et vous n'avez pas écouté ce qui a été dit. Si vous aviez

suivi ce qui a été dit, la détresse est une chose qui n'existe pas, parce que vous *l'abordez* et ne la traduisez pas sous forme de plaisir, lequel engendre toujours la souffrance. Et c'est pour cela qu'il faut comprendre cette question du plaisir, ce qui n'est pas facile ; parce que l'image que nous avons de nous-même, notre attitude, notre travail, tout cela est basé sur cette exigence du plaisir, et non pas sur une exigence de voir les choses comme elles sont.

Donc, est-il possible de vivre d'une vie autre que notre vie quotidienne, ennuyeuse, laborieuse, qui apparemment est dépourvue de toute espèce de significations ? Est-il possible de vivre d'une vie qui n'est pas basée sur le plaisir ? Là encore c'est à vous de le découvrir par vous-même. Et cela ouvre tout le champ de savoir ce que c'est que l'amour. Parce que sans cette *façon* d'exister, le plaisir persistera et l'esprit deviendra un lieu d'élection pour la souffrance. Il y a beaucoup de travail à faire, non pas seulement dans cette tente, mais il y a un travail immense à accomplir à chaque instant ; et cela exige une vaste énergie, et par conséquent l'absence de toute évasion.

7 août 1965.

V

De quoi parlerons-nous ce matin ?

☆ *Monsieur, je me demande si cela vaudrait la peine d'examiner ce que c'est qu'une discussion. Quelle est la base de la discussion ? Je ne sais pas si elle est possible quand l'assistance est aussi nombreuse ; mais certains d'entre nous le faisons quand vous n'êtes pas là, par petits groupes. Et il serait assez important d'éclaircir ce que c'est qu'une discussion. Et en rapport avec ce sujet, j'aurais une question à poser : Comment quelqu'un peut-il apprendre, quand son intelligence est moins brillante que celle des autres ? Je me suis aperçu dans un groupe de discussions où l'orateur est d'une intelligence absolument brillante, qu'il dispense ce qu'il apprend si rapidement que moi je ne peux pas suivre.*

☆ *Ne voudriez-vous pas parler un peu plus de la méditation pendant nos activités quotidiennes ?*

☆ *Monsieur, de la même façon que nous avons esquissé la nature de l'essence du temps hier, ne pouvons-nous pas en faire autant pour l'essence de cet état qui consiste à mourir à chaque instant ?*

★ Un auditeur a demandé ce que nous entendons par la discussion. Du fait qu'il discute dans différents groupes, il s'est aperçu qu'une ou deux personnes ont des intelligences étincelantes, et les autres pas. Dans ces discussions, à cause de cette brillante intelligence de quelques-uns, on n'apprend presque pas. Alors, dit-il, qu'est-ce que c'est qu'une discussion ? Dans quelle intention discute-t-on ? Et qu'est-ce qu'apprendre ?

Puis, quelqu'un d'autre voudrait approfondir la question de la méditation dans la vie quotidienne, non pas en tant qu'abstraction, non pas comme une activité à laquelle on se livre de temps en temps, mais voir s'il est possible d'être dans cet état de méditation toute la journée, naturellement et sans effort.

Et encore une autre question : De même qu'hier nous avons examiné tout le mouvement du temps, ne pourrions-nous pas ce matin voir dans le détail ce que c'est que de mourir à tout, afin de vivre chaque journée d'une façon renouvelée et pleine de fraîcheur ?

☆ *Comment pouvons-nous agir à l'égard de poussées intérieures inconscientes qui nous contraignent et nous traumatisent ?*

☆ *Qu'entendez-vous par l'*essence *de n'importe quoi : l'essence du temps, l'essence de l'amour et ainsi de suite ?*

☆ *Quand nous prenons conscience d'un conflit, il peut arriver trois choses : le conflit peut disparaître, il peut persister, il peut même augmenter.*

☆ *Notre difficulté vient de ce que nous avons des motifs. Ne voulez-vous pas nous parler du motif ?*

★ Nous avons assez de questions pour l'instant. Voyons si nous ne pouvons pas les condenser en une seule.

Tout d'abord, quelle est la portée de ces causeries ? Pourquoi, vous et moi, venons-nous ici tous les matins pour parler de différents sujets ? Ou bien vous traitez l'orateur comme une autorité qui va vous dispenser un enseignement, et cela ce n'est pas du tout dans ses intentions à aucun moment et à aucun niveau ; ou bien nous nous rencontrons pour parler amicalement de toutes ces choses, pour nous exposer intérieurement à nous-mêmes, parce que c'est une occasion pour nous de dévoiler, de découvrir, et d'aller au-delà. Voilà l'intention dans laquelle je viens et dans laquelle je parle, et non que l'orateur émette des affirmations, énonce des dogmes, exerce une autorité, exprime une croyance, indique un chemin ; mais en parlant ensemble nous nous écoutons nous-mêmes plutôt que d'écouter quelqu'un d'autre. En nous écoutant nous-mêmes nous décou-

vrons une infinité de choses, une grande profondeur dans nos paroles et nos intentions. Tout au moins c'est dans ce but que ces discussions existent et qu'elles ont lieu depuis cinq ou six jours. Il en est de même pour les causeries des dix journées précédentes.

Si, pour nous, ces discussions sont une lutte intellectuelle et verbale où s'affrontent des opinions diverses, je crains bien qu'elles n'aient aucune valeur. Ce qui nous intéresse, voyant la souffrance qui existe en nous et dans le monde, la confusion, l'incessante lutte entre les hommes, c'est de voir s'il n'y a pas une façon entièrement différente de vivre, et non pas simplement de vouloir modifier certains compartiments économiques ou sociaux de notre existence. Est-il possible de vivre d'une vie entièrement différente dans tous les domaines ? Voilà le pourquoi des ces réunions. Apprendre, c'est écouter, et non pas seulement écouter l'orateur, ou écouter cette rivière. Ecoutez là tandis que nous parlons, écoutez cet enfant qui crie, vos propres pensées, vos propres sentiments, afin de les connaître à fond. Connaître, c'est comprendre. Et pour comprendre il faut qu'il y ait le souci d'écouter, non seulement *vos* opinions parce que vous savez très bien ce qu'elles sont. Vos opinions, ce sont vos préjugés, vos plaisirs, les conditions dans lesquelles vous avez été élevés. Il faut écouter, si l'on peut, tous les chocs, effets des influences extérieures, et toutes les réactions ; en écoutant ainsi, en voyant, on apprend. Telle est l'intention de ces discussions et de ces causeries.

La question suivante : Est-il possible de méditer tout au long de la journée, sans faire de la méditation une affaire sordide qui se poursuit pendant une heure ou deux, ou dix minutes, mais de la maintenir tout au long de la journée et, grâce à cette méditation, de comprendre l'action de mourir, et ce que cela signifie que de vivre d'une façon renouvelée ?

Une question encore a été posée de savoir s'il est possible de mettre fin à tous les traumatismes, à toutes les poussées, à toutes les contraintes intérieures conscientes ou inconscientes. Nous pouvons nous limiter à ces questions-là pour ce matin. Si nous commençons à discuter, à parler de la méditation, peut-être pourrons-nous résoudre la question de l'action de mourir à toute chose, de sorte que

l'esprit soit renouvelé, et nous pourrons aussi comprendre les poussées, les contraintes qui sont en nous.

Ce mot « méditation » doit être utilisé avec la plus grande précaution, avec une certaine hésitation, parce que dans le monde occidental — et il est très dommage que le monde soit divisé comme il l'est, en Orient et Occident — dans cette partie-ci du monde, la méditation a très peu de portée. Nous connaissons ici le mot « contemplation ». Mais je crois que la contemplation et la méditation sont deux choses différentes. En Orient, la méditation est quelque chose à quoi on s'exerce jour après jour, conformément à une certaine méthode, à un certain modèle établi par une autorité, moderne ou ancienne ; et en suivant ce modèle on peut apprendre à dominer, à contrôler, à maîtriser la pensée et à la transcender. Tel est le sens que l'on donne généralement à ce mot. L'Occident le connaît moins bien. Oublions pour le moment ce qu'on dit en Orient, rejetons tout ce qu'on a pu dire en Orient et en Occident, et cherchons à découvrir non pas *comment* méditer, mais quelle est la qualité, la nature d'un esprit éveillé, conscient, intensément actif, qui ne renferme aucun traumatisme, aucune suppression, aucun laisser-aller, qui ne se contrôle pas à tout moment, même à aucun moment, qui est libre et qui par conséquent ne vit jamais dans l'ombre de la veille. Voilà ce que nous allons examiner.

Il nous faut commencer par comprendre ceci dès le premier pas, parce que c'est le premier pas qui compte beaucoup plus que le dernier. La liberté n'est pas à la fin mais au commencement, et c'est là une des choses les plus difficiles à saisir. Sans liberté il n'y a pas de mouvement, sauf dans un domaine extrêmement restreint, cette restriction ayant sa source dans l'image ou l'idée, émanation du plaisir organisé.

Je ne veux ni régenter ni vous dire quoi faire ou ne pas faire, ni vous inciter à être d'accord avec moi ou non, mais nous avons à voir l'idée, le principe, l'image, à partir desquels commence toute espèce de pensée, et d'où proviennent toutes nos réactions. Sans avoir compris cela, il n'est pas possible d'être libre pour aller loin, au-delà des limitations de l'esprit ou de celles de la société, ou de la culture dont nous faisons partie. Permettez-moi de vous suggérer, tandis

que nous écoutons, que vous avez devant vous une double tâche, non seulement d'écouter l'orateur mais de vous écouter vous-même, ce vous-même qui *est* l'orateur.

Nous avons tous le désir d'expériences plus vastes, plus profondes, plus intenses, plus vivantes et exemptes de toute répétition ; c'est pourquoi nous avons recours à des drogues, à la méditation, à la poursuite de visions, la recherche d'une sensitivité accrue. Les drogues peuvent bien nous aider pendant un certain temps, elles intensifient notre sensitivité ; tout notre organisme est vibrant ; les nerfs, l'être tout entier sont affranchis de la mesquinerie de l'existence quotidienne, et ceci provoque une grande intensité de la sensation. Dans cet état d'intensité des expériences peuvent se produire où n'existent plus l'expérimentateur et l'expérience, où il n'y a qu'un seul phénomène. Il n'y a plus que la fleur, si vous la regardez la fleur, il n'y a plus l'observateur qui l'observe. Ces différentes drogues donnent au corps, à tout l'organisme, et aussi au cerveau, une intensité et une sensitivité extraordinaires. Dans cet état, si vous êtes un poète, si vous êtes un artiste, si vous êtes ceci ou cela, vous pouvez avoir des expériences conformes à votre tempérament.

S'il vous plaît, je n'ai personnellement pris aucune drogue, parce que pour moi tout stimulant de *quelque sorte* qu'il soit, même par exemple d'écouter l'orateur et de se laisser stimuler par ses paroles, ou de s'adonner à l'alcool, ou à la sexualité, ou à telle drogue, ou d'aller à la *messe* et de se mettre ainsi dans un certain état de tension émotive, tout cela est absolument pernicieux, parce que *tout* stimulant, *quelle que soit* sa nature, sa subtilité, émousse l'esprit, le rend terne, parce qu'il dépend de ce stimulant. Celui-ci établit une habitude par laquelle l'intelligence est émoussée.

La plupart d'entre nous n'avons pas recours à ces drogues, mais nous avons tout de même une soif d'expériences plus vastes et plus profondes, et alors nous méditons. Nous espérons grâce à la méditation, au contrôle de la pensée, en apprenant, en nous mettant en tel ou tel état émotif, psychologique ou mystique, avoir des visions, des expériences, atteindre un état extraordinaire. Or, si vous utilisez la méditation comme un moyen d'obtenir *quelque chose,* elle n'est alors qu'une drogue de plus. Elle crée une habi-

tude et par là elle détruit toute subtilité, tout affinement, et toute qualité d'un esprit libre.

La plupart d'entre nous sommes attachés à des systèmes que nous voulons suivre, et en Asie il y a un fourmillement de systèmes qui ont été transportés, je ne sais pas pourquoi, en Occident. Chacun s'y laisse prendre, il y a des *mantras* et tout ce qui s'ensuit. Une répétition constante de mots en latin, en sanscrit, en n'importe quelle langue, tout cela apaise l'esprit mais cela le rend obtus et cela l'alourdit. Un petit esprit mesquin qui répète une prière chrétienne demeure un esprit mesquin. Il peut ressasser cette prière à satiété, il demeure étroit, superficiel, mesquin, obtus.

La méditation est quelque chose d'entièrement différent. Pour la comprendre, nous devons d'abord rejeter les drogues, les méthodes, et parmi elles cette répétition de mots qui nous permet d'atteindre un certain état de silence. Celui-ci est un état de stagnation. Il faut rejeter tout désir d'expériences accrues. C'est très difficile, parce que la plupart d'entre nous sommes tellement saturés par la laideur, la brutalité, la violence, le désespoir de la vie, que nous aspirons à quelque chose *de plus*. Nous sommes assoiffés de nouvelles expériences qu'elles soient extérieures, tel que d'aller à la *messe,* ou d'expériences profondes intérieures ; tout cela il faut le rejeter. Alors seulement il y aura liberté. Et la manière dont nous rejetons ces choses a une grande importance. Je peux rejeter le désir de telle ou telle chose parce qu'elle m'apparaît comme étant absurde, mais je continue tout de même à rechercher des expériences. Peut-être n'ai-je pas le désir de voir le Christ ou le Bouddha, ou telle personne particulière, ce qui est évidemment puéril, parce que tout cela n'est jamais que la projection de mon propre arrière-plan. Je peux rationnellement et logiquement le rejeter. Mais intérieurement, j'aspire à une expérience qui *me soit propre,* qui ne soit pas contaminée par le passé. Mais *toutes* les expériences, *toutes* les visions *sont* contaminées par le passé.

J'ai donc à comprendre la profondeur, la hauteur, la signification, la qualité du passé ; et le comprenant ainsi je meurs à lui, l'esprit meurt à son passé. L'esprit *est* le passé ; toute sa structure, toute la structure du cerveau,

toutes ses associations sont le résultat du passé. Il a été construit par le temps, deux millions d'années ; vous ne pouvez pas rejeter tout cela d'un simple geste. Il vous faut comprendre chaque réaction tandis qu'elle surgit. Puisque la plupart d'entre nous avons encore en nous beaucoup de l'animal, cela aussi il faut le comprendre ; et pour le comprendre il faut en prendre conscience. Et pour en prendre conscience il faut l'observer, l'écouter, sans condamnation et sans justification.

En prenant conscience extérieurement et intérieurement, en étant éveillé, en se laissant porter sur cette vague de lucidité du mouvement extérieur qui monte comme une marée et qui comme elle descend, se laissant porter sur cette vague, l'esprit commence à découvrir ses propres réactions, ses réponses, ses exigences, ses contraintes ; et pour comprendre ses exigences et ses poussées, il ne faut pas condamner ; dès l'instant où vous condamnez vous ne comprenez plus. C'est comme de blâmer un enfant — c'est la façon la plus facile de s'y prendre avec lui. Nous condamnons et nous nous figurons comprendre, mais nous ne comprenons pas.

Nous devons donc découvrir *pourquoi* nous condamnons. Pourquoi condamnez-vous ? Pourquoi rationalisez-vous ? Pourquoi justifiez-vous ? Condamner, justifier, rationaliser, tout cela ce sont des moyens d'éviter le fait. Le fait est là, c'est ce qui *est* ; il est là. Et pourquoi le rationaliser ? Pourquoi le condamner ? Pourquoi le justifier ? En faisant cela, je gaspille de mon énergie. Par conséquent, pour comprendre le fait, vous devez vivre avec lui *complètement*, sans qu'il y ait aucune distance entre l'esprit et le fait, parce que le fait *est* l'esprit.

Vous avez rejeté les drogues, vous avez rejeté la soif de l'expérience, parce que vous avez compris qu'en désirant vous évader de ce monde si monstrueux et si laid pour trouver quelque chose d'extraordinaire, vous invitez des expériences nouvelles et que celles-ci deviennent de nouvelles évasions devant le fait. Puisque votre esprit et votre cerveau sont le résultat du passé, ils doivent être complètement compris — le conscient et l'inconscient. Ils peuvent l'être *instantanément,* sans y mettre de temps, sans y passer des mois ou des années, sans aller voir un psychana-

lyste ou s'analyser soi-même ; on peut comprendre tout cela instantanément, d'un seul coup d'œil, si on sait *comment* regarder. Nous allons découvrir comment regarder. Nous sommes incapables de regarder s'il y a en nous le moindre sentiment de condamnation ou de justification à l'égard de ce que nous pourrons voir. Ceci doit être absolument clair. Pour comprendre un enfant, vous ne devez pas le condamner ; vous devez l'observer, l'observer alors qu'il joue, qu'il pleure, qu'il rit, qu'il dort. Et ce qui est le plus important, ce n'est pas l'enfant, mais c'est votre façon de *l'observer.*

Nous ne cherchons pas *comment* regarder, nous ne cherchons pas une méthode. Mais nous cherchons à comprendre s'il est possible d'un seul coup d'œil, non pas par la vision ou les yeux seulement, mais par un coup d'œil intérieur, de comprendre toute cette structure et de s'en affranchir. C'est là ce que nous entendons par méditation, et rien d'autre.

L'esprit est donc parvenu à ce point parce qu'il a rejeté les drogues, les expériences, l'autorité, l'obéissance, la répétition de paroles, la domination, la contrainte. Il a regardé toutes ces choses, les a étudiées, les a approfondies, les a observées ; il n'a pas dit ce qui est bien ou mal. Que s'est-il passé ? De lui-même, et *naturellement*, l'esprit est devenu alerte, éveillé, pénétrant et cela sans stimulant, sans drogue. L'esprit est devenu d'une sensitivité intense.

Maintenant, approfondissons ce mot « sensitif ». Avez-vous des questions à poser ? Ecoutez-vous l'orateur ou vous écoutez-vous vous-même à mesure que ces paroles sont prononcées ?

☆ *Je ne peux pas me voir moi-même quand vous parlez.*

★ Comment vous voyez-vous vous-même ? Vous voyez-vous tel que vous êtes, non pas ici, mais quand vous quittez cette tente ? Voyez-vous les attitudes, les petites manières d'être, la prétention, les vanités, le désir d'impressionner, voyez-vous ce que vous êtes ?

Nous essayons maintenant de voir ce que nous entendons par sensitivité, et c'est très important. La sensitivité du corps, de l'organisme, du cerveau, la sensitivité totale. L'es-

sence de la sensitivité c'est d'être vulnérable. Organiquement, physiquement, quand on est en bonne santé on est vulnérable. Et l'on peut rejeter n'importe quelle maladie qui menace. Mais quand on est faible, malade, on *n'est pas* vulnérable. Ainsi, la vulnérabilité implique la santé physique, organique. Vous pouvez être malade, mais il y a en vous de la vitalité.

Etre intérieurement vulnérable signifie ne pas avoir de résistance, ne pas avoir un modèle ou une formule, ne pas dire : « Voilà une ligne de démarcation que je ne dépasserai pas », pour partir de cette ligne. Ce n'est pas autre chose qu'une résistance. Un tel état, un tel état intérieur défensif, qui résiste, qui accepte, qui obéit, qui suit une autorité, tout cela rend l'esprit obtus, imperméable. La peur de n'importe quoi — et c'est une des choses des plus difficiles de s'affranchir — la peur rend l'esprit imperméable, insensitif et morne.

Pas de sensitivité non plus quand vous êtes assoiffé de célébrité, quand vous êtes dogmatique, violent, quand vous recherchez une situation d'autorité, et que vous vous servez de votre autorité pour être vulgaire, pour opprimer votre voisin, pour être rude, grossier. Tout cela très évidemment tend à la lourdeur, à la rigidité de l'esprit. Seul un esprit vulnérable est capable d'affection, d'amour, et non celui qui est jaloux, possessif, dominateur. Nous comprenons donc à présent, sans entrer trop dans les détails, plus ou moins ce que signifie la sensitivité. C'est une chose que d'*être* dans cet état, non pas intellectuellement, et une autre de se dire : « Comment puis-je parvenir à cet état, d'être totalement vulnérable et par conséquent totalement sensitif ? » Vous ne pouvez y parvenir par aucun procédé ; vous y viendrez naturellement avec aisance, grâce, et sans effort, si vous comprenez tout ce que nous avons dit des drogues, de l'expérience, de l'ambition, de l'avidité et de l'envie.

Il n'y a de sensitivité que dans la liberté. Il s'agit ici de la *liberté* en elle-même et non pas la liberté *de* quelque chose. Ayant compris le passé, nous nous demandons maintenant comment d'un seul coup d'œil, on peut s'affranchir de toute cette structure du passé. La regarder, l'observer et en prendre conscience instantanément, il faut pour cela une

grande sensitivité. Et celle-ci nous est refusée s'il existe en nous une image de nous-même sous aucune forme, image de ce que nous devrions être, car cette image est en fin de compte basée sur le plaisir. Un esprit qui recherche le plaisir sous n'importe quel aspect invite la douleur.

Un esprit sensitif — dans le sens où nous avons utilisé ce mot, non seulement du point de vue neurologique et biologique, mais intérieurement vulnérable et dépourvu de toute résistance — un tel esprit dispose d'une vigueur, d'une vitalité et d'une énergie extraordinaires, parce qu'il n'est pas en lutte avec la vie, il ne l'accepte pas, il ne la rejette pas. Quand on a compris et scruté tout ce processus, alors un seul coup d'œil suffit à détruire toute cette structure. Tout cela c'est la méditation.

Pour comprendre la méditation, il faut comprendre la domination et l'identification. Dominer, contrôler sa pensée, implique résister à toute autre forme mentale. Je veux ne réfléchir qu'à une chose, mais ma pensée s'évade, comme une feuille morte errant sans but. Je me concentre, je me domine, je fais un effort immense pour rejeter toute autre pensée. Mais celle-ci est basée en fin de compte sur un plaisir. La concentration implique l'exclusion, l'étroitesse, une idée où converge tout l'éclairage le reste demeurant dans l'obscurité. Mais quand une fois on a compris ce que c'est que d'être attentif, de son corps, de ses nerfs, de ses yeux, de ses oreilles, de son cerveau, de tout son être ; d'écouter un bruit agaçant tel que celui de cet aéroplane alors qu'on voudrait écouter l'orateur ; d'être attentif aux couleurs, à la pensée, à sa propre parole — alors, dans une telle attention il y a concentration, et cependant aucune exclusion. Je suis capable de faire attention, je puis regarder, je peux travailler à quelque chose sans rien exclure.

Il faut aussi comprendre l'identification. Un enfant est absorbé par un jouet. Ce jouet est plus attirant que toute autre chose et l'enfant est complètement absorbé par cette séduction ; il s'apaise, plus de caprices, il se calme, il ne se rue plus, ne court plus dans tous les sens. Le jouet s'est emparé de son esprit, de son corps, de tout, il l'a absorbé. Et nous aussi, tout comme l'enfant, désirons nous laisser absorber par une idée, par nos images, ces images

qui ont été données à l'homme, tels que Bouddha, Jésus-Christ. Et quand l'esprit se laisse ainsi absorber, soit par la boisson, soit par une image, œuvre de la main ou de l'intelligence humaine, il n'y a plus de sensitivité et par conséquent pas d'amour possible. En vérité, l'esprit libre est un esprit vide.

Nous ne connaissons le vide que comme un espace renfermant un objet. Nous ne connaissons ce vide de la tente que parce qu'il y a sa construction extérieure, et nous appelons l'intérieur le vide. Mais nous ne connaissons pas l'espace — il ne s'agit pas de celui qui s'étend entre la Terre et la planète Mars, ce n'est pas de cela que nous parlons — nous ne connaissons pas d'espace sans qu'il y ait un objet, et par conséquent nous ne savons pas ce que c'est que le vide. Un esprit qui n'est pas entièrement vide, dépourvu de tout objet, n'est jamais libre. On peut comprendre intellectuellement que tout désir, que toute action, que tous nos rapports se passent dans l'espace créé par un objet, un centre, une image. Dans cet espace jamais il n'y a de liberté. Comme une chèvre attachée à un poteau, elle ne peut se déplacer que de la longueur de sa longe. Pour comprendre la nature de la liberté, il faut comprendre la nature du vide, de l'espace ; et, voyez-vous, tout cela encore c'est la méditation. Ce n'est que quand l'esprit est totalement vide et qu'il n'y a plus aucun centre pour engendrer l'espace, et que par conséquent il y a espace, que l'esprit est absolument immobile. Il est alors extraordinairement silencieux ; et ce n'est que dans le silence, lequel ne peut se produire que dans le vide, lequel est espace sans objet, que toute énergie — *toute* énergie — prend naissance sans qu'il y ait mouvement.

Quand il n'y a plus déperdition d'énergie, quand elle se produit en dehors de tout mouvement, il y a forcément action. Une bouillotte en état d'ébullition éclate quand il n'y a pas d'échappement. Ce n'est que quand l'esprit est complètement immobile, non pas de l'immobilité de la stagnation, mais l'immobilité d'une vitalité et d'une énergie intenses, que se produit un événement, une explosion qui *est* création. Ecrire un livre, écrire un poème, devenir célèbre, ce n'est pas la création. Le monde est plein de livres. Je crois qu'il paraît quatre mille volumes, ou plus, toutes les

semaines. S'exprimer ce n'est pas créer. Un esprit qui n'est pas dans cet état de création est un esprit mort. Si l'on veut comprendre la méditation, il faut commencer au commencement ; et le commencement c'est la connaissance de soi. La connaissance de soi est la source de la sagesse, la fin de la souffrance, et la naissance d'une nouvelle vie.

☆ *Comment peut-on regarder un arbre sans qu'il y ait une distance entre l'arbre et soi-même ?*

★ Comment regardez-vous un arbre ? Comment ? Regardez-vous jamais *quoi que ce soit* : votre voisin, votre femme, vos enfants, votre situation, les regardez-vous ? Voyez-vous à travers vos préjugés, votre ambition, votre désir de vous réaliser, de devenir célèbre ? Observez-vous la vie en tant que chrétien, que catholique, que protestant ou que communiste ? Comment *regardez-vous* ? A partir de ce que vous savez, de ce qui est votre passé, ou regardez-vous d'une façon ouverte à tout ? Regarder purement et simplement, monsieur, est apparemment une des choses les plus difficiles à faire ; regarder un arbre sans qu'il y ait distance entre l'arbre et vous.

Regardez cet arbre, *faites-le*, je vous en prie, tandis que nous parlons. Le voyez-vous avec un sentiment de résistance, avec autour de vous une ligne, une frontière que vous avez délimitée et que vous ne franchirez pas, ou à partir d'une plate-forme que vous avez construite par vos croyances, vos craintes, vos dogmes, votre avidité ? Quand c'est ainsi que vous regardez, il y a une distance entre l'arbre et vous ; et par conséquent vous ne regardez pas, vous n'observez pas, vous n'écoutez pas. Mais quand cette frontière, cette coupure n'existe pas, quand il n'y a pas de mur autour de vous, mur dont vous pouvez être conscient ou non, quand il n'y a aucune délimitation, aucun mur, aucune image, aucun centre à partir duquel vous regardez, existe-t-il alors une distance entre l'arbre et vous ? Découvrez cela par vous-même. Quand il n'y a pas de distance, d'intervalle, vous n'êtes pas l'arbre ou vous n'êtes pas vous-même ; et par conséquent la distance prend un tout autre sens.

Voyez, monsieur. Si on est marié, ayant une famille, une

situation, comme la plupart d'entre nous, on a construit autour de soi des murs pour s'isoler, consciemment ou inconsciemment ; on a accumulé des connaissances grâce aux expériences par lesquelles on a passé. J'en sais beaucoup, vous en savez moins ; je suis un grand homme, vous ne l'êtes pas. Nous dressons autour de nous d'énormes structures et nous contemplons la vie à travers ces structures. Qu'elles soient constituées par nos connaissances, par l'importance que nous nous donnons, ou une technique dont nous nous sommes rendus maîtres, ou un talent d'écrivain, de poète, de savant, ou de légiste, c'est à travers ces choses que vous regardez. Par conséquent, la distance qui vous sépare de l'arbre, de votre famille et de votre prochain, est une distance entièrement différente de celle qui ne comporte aucun centre, aucune frontière, aucune fortification.

☆ *Mais dans quel sens vous servez-vous de ce mot « distance » ?*

★ Il y a une distance quand il existe un centre de condamnation, de justification, le censeur ; distinct du fait, de ce qui *est*. Quand il n'y a pas de centre, pas de censeur, existe-t-il une distance entre soi-même et le fait ? Existe-t-il une distance ?

Voyez ! Je suis en colère. La colère est une réaction, je sais que je suis en colère. C'est une chose qui est en dehors de moi. Je ne dis pas : « Je suis *la* colère », mais je dis : « Je suis *en* colère ». Quand je peux dire : « Je suis *la* colère », il n'y a plus de distance. Il y a ce qui *est*. Mais dès l'instant où vous dites : « Je suis en colère », il y a une distance ; et dès cet instant je cherche à couvrir cette distance en voulant agir sur le fait. Mais quand je me rends compte que je suis moi-même la colère, il n'y a plus d'espace du tout qui me permette de faire quoi que ce soit, il n'y a que le fait. Et dès cet instant *ce qui est*, prend une importance immense — le moyen de s'en débarrasser n'en a plus. Par conséquent, *ce qui est* subit une transformation *complète* dès l'instant où n'existe plus cette distance engendrée par le censeur.

☆ *Quelle est la valeur d'un être humain libéré ?*

★ Quel sens un tel être humain peut-il avoir ? Quelle est sa valeur pour la société, la famille, la culture ; quelle est son importance en tant qu'être humain ? Absolument aucune ! Nous désirons transformer la société, nous voulons la modifier, nous disons que nous voulons nous aider les uns les autres. Et quelle est alors la fonction d'un homme affranchi ? Quel est son rapport, qu'est-ce qu'il peut faire ? Pourquoi posons-nous cette question ? Pourquoi cette question a-t-elle été soulevée ?

☆ *Nous ne voyons jamais que la mort de nous-mêmes et par conséquent nous ne pouvons pas aller au-delà.*

★ Ce n'est pas tout à fait ça, monsieur. La question a été : vous êtes libéré, vous êtes libre, vous êtes sensitif, vivant, et dans un état de méditation intense ; quelle est pour moi la valeur de l'état où vous vous trouvez ? Moi, je souffre, je suis angoissé. Et dans mon état humain de souffrance à quoi me servez-vous ? Pourquoi est-ce que je *pose* cette question ? Vous êtes là comme le soleil, comme une fleur, comme un sentiment de beauté extraordinaire, vous êtes là. Qu'est-ce qui me pousse à dire : « Que pouvez-vous faire pour m'aider ; à quoi servez-vous ? » Je le dis parce que j'espère obtenir quelque chose par vous. Je tends la main, je tends mon bol de mendiant pour que vous le remplissiez. Voilà le rapport qui existe entre nous. Mais si je me rends compte que vous ne pouvez absolument pas m'aider, si je me rends compte que le commencement et la fin de la souffrance c'est de me comprendre moi-même — et cela grâce à l'aide de *nul* homme au monde, d'*aucune* philosophie, *aucun* système — alors je suis ravi que vous ayez atteint quelque chose. Et le rapport qui existe entre nous est *entièrement* différent.

8 août 1965.

VI

De quoi voulez-vous parler ce matin ?

☆ *Quelle est l'essence de la souffrance ?*
☆ *Pourquoi sommes-nous de plus en plus assoiffés de plaisir ?*
☆ *N'avez-vous pas glissé assez facilement et rapidement sur la question du temps, en disant que l'essence du temps c'est le non-temps ? Et puis aussi, ne pourrions-nous pas discuter de la vulnérabilité ?*
☆ *Quand on est sain, on est vulnérable.*

★ Oui. Quand on est sain on est vulnérable, non seulement psychologiquement mais physiquement. Et quelle est l'autre question ?

☆ *Pourquoi ne passez-vous pas plus de temps dans les écoles en Inde ?*

★ Pourquoi est-ce que je passe tellement de temps...

☆ *Non. Pourquoi est-ce que vous ne passez pas* plus *de temps ?*

★ Ah ! *(Rires.)* Pourquoi n'ai-je pas passé beaucoup de temps dans les écoles en Inde, où je vais passer un mois tous les ans ? C'est bien cela ?

☆ *Ne pourrions-nous pas parler plus à fond de la conservation de l'énergie ?*
☆ *Voudriez-vous, s'il vous plaît, expliquer ce que*

c'est qu'un motif, et donner un exemple d'une action sans motif ?

☆ *Qu'entendez-vous par une nouvelle société ?*

☆ *Nous traversons la vie et la mort seuls. Voulez-vous parler de cette solitude ?*

★ Maintenant, il y a assez de questions. Comment allons-nous répondre à toutes ? Qu'entendons-nous par une société nouvelle, par la solitude, par la vie, par la mort ? Et : « N'avez-vous pas glissé trop facilement et trop simplifié le temps en disant que c'est du “ non-temps ” ? » et : « Pourquoi ne passez-vous pas plus de votre temps dans ces deux écoles qui sont en Inde ? » Et puis, il y a une question au sujet de la vulnérabilité. Comment allons-nous répondre à toutes ces questions ?

☆ *Quelle est la différence entre voir et ne pas voir ?*

★ Ah oui ! Quelquefois on voit, et la plupart du temps on ne voit pas. Quand on voit, quelle en est la raison ?

Je me demande si nous ne pouvons pas répondre à toutes ces questions — c'est une suggestion de ma part — en nous demandant ce que nous entendons par une société nouvelle. Voulez-vous que nous examinions cela ensemble ? Peut-être, dans cette exploration, pourrons-nous répondre à toutes ces questions, sauf celle qui vise mes séjours dans les deux écoles où je vais passer tous les ans un mois. Pourquoi pas plus ? Pour une raison très simple : je n'ai pas le temps. Vous savez, il y a deux écoles en Inde, une dans le Nord et une dans le Sud, et je passe à peu près un mois dans chacune d'elles. Et puis, je suis aussi près d'un mois à Bombay, à Delhi, à Madras. Donc, je passe quatre mois et demi en Inde, et cela suffit.

Maintenant, qu'entendons-nous par une société nouvelle ? Par une société on entend les coutumes organisées, les habitudes d'une nation soi-disant civilisée ! C'est, en général, ce qu'on veut dire par là selon le dictionnaire que, par chance, j'ai regardé ce matin. Voilà ce qu'il dit.

La société dans laquelle nous vivons est basée sur l'acquisition, l'avidité, la volonté de puissance, le prestige, la situation sociale. Ce qui nous intéresse aujourd'hui ce n'est

pas seulement la transformation de l'être humain, mais le fait de provoquer un changement radical dans la société, parce que l'être humain ne peut pas exister hors de la société, il en fait partie. La société étant les coutumes, les habitudes organisées d'une nation. Or, cette société est fondée psychologiquement sur l'avidité, l'envie, et tout ce qui s'ensuit — chacun de nous en fait partie. Est-il possible de provoquer un changement dans l'être humain indépendamment de la société, ou nous faut-il attendre que celle-ci — qui comprend chaque être humain — se modifie, et alors seulement nous, les individus, nous modifierons avec elle ? Nous avons à découvrir si la société qui est organisée selon un certain modèle de comportement, de conduite, de communications, et ainsi de suite, admettra la liberté de l'individu. Ceci peut ne pas vous intéresser, mais il nous faut l'examiner.

La société, nous le savons, ne considère pas que la liberté soit chose nécessaire ; elle sent, elle pense que celle-ci implique le désordre, que s'il y a liberté complète l'homme fera tout ce qui lui plaît. La libre entreprise, l'individualisme agressif, sont choses redoutées. Ainsi la société, fondamentalement, cherche à entraver la liberté de l'individu. Peut-elle exister renfermant dans son sein un groupe de personnes libres, qui cependant en font partie ? Cette question est très importante car, actuellement, la société ne fournit pas le sol, la place où la liberté humaine peut fleurir avec bonheur. L'homme est-il donc réduit à la rechercher hors du domaine de la société, ou peut-il la découvrir en continuant d'y vivre ?

Nous parlons d'une liberté qui n'est pas une réaction, mais qui est essentiellement l'état d'un esprit ayant rejeté l'avidité, l'envie, l'ambition, l'accomplissement de soi, l'agressivité. Elle existe par le rejet du positif. Nous avons suffisamment discuté, l'autre jour, de la nature du positif, ce domaine qui dans l'individu, dans la société, est positif. En le niant, non pas intellectuellement ou verbalement, idéologiquement ou théoriquement, mais effectivement, autrement dit, quand l'être humain est dans un état de liberté où l'agressivité, la domination, la recherche de la puissance, l'accomplissement de soi-même, n'ont pas droit de cité, alors, et alors seulement, il y a liberté. Dès lors, quel

est le rapport qui existe entre la société et l'être humain, ou le groupe d'êtres humains qui ont pu connaître cette lîberté ?

Pour comprendre cela, il nous faut examiner cette question de la vie, de la mort, de la vanité d'une existence qui se termine inévitablement par la mort. S'il vous plaît, souvenez-vous de tout ce que nous avons dit auparavant de la société. Notre société est basée sur la vie et la mort, sur le vivre et le mourir. La théorie de la réincarnation, la théorie de la résurrection, ne sont que des idées exprimant un espoir ; ce sont des spéculations. Si vous acceptez la réincarnation — selon laquelle on renaît sans cesse jusqu'au moment où l'esprit tout entier et le cœur sont purifiés et atteignent au point suprême de l'intelligence, à Brahma — il faut alors accepter ce fait que vous devez vous comporter dans cette vie d'une façon *complète,* et ne rien remettre au lendemain.

Si vous acceptez, si vous croyez à la réincarnation, ou à la continuité dans une autre vie, alors ce que vous êtes maintenant prend une immense importance, et non ce que vous serez demain dans votre vie future, parce que votre prochaine vie est déterminée par ce que vous êtes aujourd'hui. La théorie de la réincarnation n'affirme pas seulement la continuité de l'esprit humain, mais elle implique qu'il faut vous comporter avec une extraordinaire compréhension afin que dans votre prochaine vie vous ayez pu atteindre une grande élévation, et que vous ne vous soyez pas laissé distancer. Donc, la prochaine vie n'est pas importante, ce qui est important c'est ce que vous êtes maintenant. Et le réconfort que vous tirez de l'idée de la réincarnation vous est refusé, quand vous devez faire face à la vie d'une façon immédiate.

Notre société est basée sur la vie et la mort, sur la vanité d'une vie qui se termine dans la mort. La vie devient très superficielle, dépourvue de sens, frustrée, désespérante, vaine pour un être humain, dans une société qui n'accorde aucune valeur à la vie parce qu'il y a la mort. En conséquence de quoi nous disons : « Quel est le but de la vie ? » Ou bien, nous nous forgeons un but satisfaisant ; cela, ce n'est pas vivre. S'il vous plaît, pour ceci il ne faut pas

approuver ou désapprouver, il faut un état d'attention, d'attention intense et large.

Cette société dans laquelle nous vivons ne fait qu'engendrer des activités de plus en plus superficielles, faites de distractions, d'amusements, de plaisirs en masse, et ainsi de suite ; et la vie perd toute espèce de sens parce qu'elle se termine dans la mort. Je vais peut-être aller à mon bureau tous les jours pendant les quarante années qui suivront. Pensez-y ! Pensez-y, pensez à un être humain qui va au même bureau tous les jours pendant le reste de sa vie ! Je ne sais pas si vous en voyez l'extraordinaire tristesse. Un tel être humain qui passe ses jours dans un bureau et ses nuits chez lui, demande : « Mais qu'est-ce que tout cela veut dire ? », « pourquoi est-ce que je vis, quel sens est-ce que ça peut avoir ? », « je vais écrire un livre, je vais être célèbre pendant quelques jours et puis je vais mourir, et après ? »

Si nous ne trouvons pas une signification, sans adopter un idéal de substitution, à moins de trouver une autre façon de vivre, un point de vue autre, à moins d'avoir sur la vie un sentiment différent, un sentiment intérieur différent, malgré qu'il y ait la mort, le cycle sera total. Est-ce que c'est clair ? Je voudrais avancer pas à pas.

☆ *Mais ce n'est pas clair.*

★ Voyez, messieurs. Des civilisations dans le passé ont vécu. Des civilisations comme l'Egypte — ce n'est pas que je sois un égyptologue, je ne sais pas, je me contente d'observer les choses dans la vie — elles ont vécu en vue de mourir. Toute vie comporte une fin et, par conséquent, ces hommes préparaient leur mort, alors même qu'ils vivaient. D'autres civilisations ne connaissaient la naissance et la mort que comme un mouvement dans la vie totale, l'existence dans sa totalité. La plupart des hommes modernes appartiennent à la vie. Ils ne se préparent pas à la mort. Ils ne traitent pas la vie et la mort comme faisant partie du mouvement de la vie. Pour eux, il n'y a qu'une vie routinière, mécanique, un accomplissement de soi sans cesse frustré, suivi d'une inévitable mort. Vivre et mourir perdent tout leur sens en eux-mêmes, parce que la mort est à la porte.

D'autres peuvent ne pas s'intéresser à tout ceci. Mais vous et moi nous sommes ici, nous parlons ensemble. Et par conséquent vous et moi, cela nous *intéresse* de découvrir une nouvelle façon de vivre, en dehors de la société, et non pas en elle ; bien que nous vivions dans le domaine de ce que nous appelons la société, mais sans y appartenir, en quelque sorte restant en dehors. Et pour vivre en dehors, il faut qu'il y ait un affranchissement de cette structure psychologique de la société. Nous devons être libérés de l'avidité, de l'envie, de l'ambition, du désir de nous accomplir, de la recherche du plaisir, et ainsi de suite, et ainsi de suite, toutes choses dont nous avons déjà beaucoup parlé.

Est-il donc possible pour vous et moi, en tant qu'êtres humains disposant d'une immense énergie, capables de comprendre ce mouvement de la vie dans lequel est comprise la mort, mais non pas la mort comme une fin, ni comme une continuité dans la vie future, est-il possible pour nous de nous dégager de cette structure de la société ?

Un de nos principaux problèmes, vivant dans cette société, c'est l'accablant *ennui* qui se dégage de l'existence. Sans doute, avons-nous nos plaisirs, des autos, bien d'autres choses, mais cet ennui, cette indifférence, cette vie mécanique conduit à une désolation accrue ; il nous faut comprendre, en tant qu'êtres humains, une vie dans laquelle la mort a sa place, mais non pas en tant que continuité du « moi » dans une vie future. Il faut *voir*. Et maintenant, je vais répondre à la question qui a été posée au sujet de « voir ».

Ce que l'orateur vient de décrire par ses parole, le *voyons-nous*, nous devons le faire si nous sommes le moins du monde intelligents, conscients ? Que ce soit dans le monde communiste, dans le monde chrétien, ou en Asie, telle est notre manière de vivre. Or, est-ce que cela je le *vois* comme une idée, comme une chose différente de moi-même, parce que vous l'avez décrite, ou bien est-ce que je le vois *complètement* ? Qu'est-ce que j'entends par voir, et quand cette vision se produit-elle ? Je sais que je vois par fragments. Mon comportement, aujourd'hui, n'est pas bon, je suis mal luné, je suis irrité, je suis presque obsédé, je suis grossier, je suis autoritaire. Le lendemain, les choses se présentent

autrement, et je cherche ainsi à traiter chaque fragment à mesure qu'il se présente. Mais, quand y a-t-il vision, non pas visuellement évidemment, mais psychologiquement et intérieurement? Quand vais-je véritablement comprendre d'une façon totale et non pas fragmentaire ? Quand est-ce que je vois l'existence d'une façon globale, cette vie qui comprend à la fois le vivre et le mourir, qui ne se termine pas par une fin totale, qui ne consiste pas à vivre pendant soixante années pour mourir au bout de ce temps ? Je ne comprends pas la mort parce que j'en ai tellement peur ! Et à cause de cette peur je ne vis pas vraiment.

Quand vais-je voir tout cela, le vivre et le mourir, non pas seulement en tant qu'être humain isolé, mais dans les rapports avec la société de façon à être affranchi de la société psychologiquement ? Quand vais-je voir le tableau d'une façon tellement *complète* qu'il ne reste plus de mort, plus de vie misérable, plus de lutte éperdue, plus d'effort vers quelque état surhumain, plus de sursauts épuisants dans la recherche de plaisirs toujours plus intenses. Quand puis-je voir ceci comme un tout ?

Attendez-vous de moi que je vous donne la réponse à cette question ?

☆ *Le compagnon constant de notre vie c'est l'observateur.*

★ Nous avons parlé de cela. Je ne sais pas, monsieur, si vous avez été ici depuis le début de ces discussions et pendant les dix causeries qui les ont précédées, parce que cette question nous l'avons approfondie et, si cela ne vous fait rien, cela serait dommage d'y revenir. Mais, si vous voulez, je vais exprimer la chose très brièvement : dès l'instant où il y a un penseur, celui qui observe, qui fait des expériences, celui qui censure, le compagnon, il ne peut pas y avoir d'observation totale. Et maintenant, si vous le voulez bien, nous allons reprendre le fil.

Je vous ai demandé si vous attendiez une réponse de l'orateur, vous disant comment voir totalement. Ma description va-t-elle vous aider à voir d'une façon globale ? Ou bien existe-t-il une action totale où il n'y a plus le

fragment, l'observateur, ni l'idée de l'observateur, mais où ne demeure que l'action ?

Je ne vois pas la vie comme un tout. Je la vois comme quelque chose d'effrayant, pleine d'anxiété, de désespoir, de souffrance, de conflit. Je ne la vois pas comme un processus de vie qui *comprend* la mort, mais où *cette* mort n'est pas une terminaison. Ne traduisez pas cela en termes de christianisme, ne parlez pas de vie éternelle. Mais dans le mourir il y a le vivre, parce que je vis. Il n'y a plus de peur de mourir, plus de souffrance *du tout* ; l'esprit a compris totalement la question de la douleur qui engendre la souffrance. Et comment moi, qui ai toujours vu tout par fragments, la vie et la mort, moi qui vis dans la douleur, dans la souffrance, la pauvreté, luttant intérieurement et extérieurement, pour finir par mourir ; comment vais-je voir tout ce processus d'une façon totale et immédiate ? Il n'y a pas de *processus* de vue totale. Il est inutile de dire : « Je vais m'exercer à être constamment conscient, je vais méditer, je serai, je ferai ceci, je ferai cela », mais si je comprends pourquoi l'esprit fonctionne par fragments et si je le rejette, alors j'ai quelque chose d'autre.

Jusqu'à présent, nous avons toujours partagé la vie en compartiments : le bureau, la vie sexuelle, la famille, le voisin, la vie religieuse, les distractions, tous ces différents compartiments séparés les uns des autres où je fonctionne en tant que professeur, artiste, savant, ménagère, moine. Pourquoi est-ce que je le fais ?

☆ *Je ne me suis jamais rendu compte qu'il peut exister une action totale.*

★ Non, madame, s'il vous plaît écoutez. J'ai posé une question. Ne cherchez pas à répondre instantanément. Laissez votre esprit s'en imbiber, laissez la chose, si je puis m'exprimer ainsi, mijoter, qu'il s'en dégage un parfum tout naturellement, ne vous accrochez pas à une idée que vous voulez exprimer.

Je demande pourquoi nous vivons par compartiments, par fragments, — l'artiste, le religieux, le professeur. Pourquoi ? Vraiment, je n'en sais rien. C'est une chose à quoi je n'ai encore jamais réfléchi. Jamais encore ma pensée n'a

cheminé dans ce sens, elle le fait à présent, la vôtre aussi. C'est une chose que nous faisons ensemble. Donc, je veux découvrir pourquoi nous vivons d'une façon fragmentaire, et je ne m'intéresse pas à telle ou telle opinion, à telle idée ; il faut que ce soit la vérité.

☆ *L'esprit est peut-être incapable de voir la totalité.*

★ En disant cela vous vous êtes bloqué, tout est fini. Si vous dites : « Peut-être que l'esprit ne peut pas », vous avez cessé de penser. Moi, je ne sais pas si l'esprit le peut ou ne le peut pas ! S'il ne le peut pas, ma vie est une torture constante. Si mon esprit ne peut pas fonctionner d'une façon totale, la vie devient fragmentaire, contradictoire, destructrice, inharmonieuse ; d'un côté, il y a l'armée, de l'autre côté le prêtre, tous les deux parlent de la paix et se préparent à la guerre et à la destruction. Alors ne dites pas que l'esprit ne peut pas.

☆ *Mais c'est peut-être comme ça.*
☆ *Il faut aller* au-delà *de l'esprit.*

★ *S'il vous plaît,* écoutez. Je ne sais pas comment aller au-delà de l'esprit. Ne dites pas que c'est seulement au-delà de l'esprit qu'il y a une perception de la totalité. Il faut que je commence au commencement. Quand voyez-vous quelque chose ? Pas quand vous vous efforcez de voir de propos délibéré, n'est-ce pas ? Quand vous voulez comprendre quelqu'un ou vous-même, vous regardez ; mais si ce regard est l'effet d'un effort, d'un propos délibéré, dans un but, alors vous avez dépensé toute votre énergie dans cet effort, dans ces décisions à prendre, dans ce but. Pour regarder, ces choses ne doivent plus être; vous devez regarder sans effort, avec aisance, et puis il ne faut pas de motif. Nous cherchons à découvrir pourquoi l'esprit vit par fragments, par compartiments ; pourquoi l'esprit s'est partagé en vie et en mort.

☆ *Mais pourquoi distinguez-vous entre la vie extérieure et la vie intérieure ?*

☆ *Nous vivons par fragments parce que nous sommes attirés par des choses différentes.*
☆ *Nous donnons de la substance à l'ego en le revêtant de façons diverses.*
☆ *Si notre esprit pouvait être absolument calme, nous verrions la totalité.*

★ Mais comment l'esprit sera-t-il totalement calme ?

☆ *En rejetant la pensée positive.*

★ Monsieur, que la chose soit beaucoup plus simple. Pour le moment, laissons de côté cette question de la vision totale. Abordons la question différemment.

Qu'est-ce que la beauté ? Savez-vous ce que c'est que la beauté ? S'il vous plaît ne répondez pas. Ne vous précipitez pas sur des paroles pour dire quelque chose. La beauté est-elle l'effet d'un stimulant ? Quand vous voyez une belle montagne, un bâtiment splendide, un visage exquis, quand vous lisez un poète, quand vous écoutez de la musique, ou que vous voyez la lumière resplendissant sur la neige le soir, et que vous dites combien c'est beau, est-ce là de la beauté ? La beauté dépend-elle d'un stimulus ? N'approuvez pas et ne désapprouvez pas ; parce que si vous ne passez pas par tout ceci, ce que vous dites n'a pas de valeur. Il vous faut sentir ce que c'est que la beauté, et non pas vous dire d'accord en paroles, ou en désaccord. Vous devez découvrir. Tous, vous semblez avoir un avis, et par conséquent vous n'examinez pas. Et c'est pour cela que je ferme les yeux. Si la beauté dépend d'un stimulus extérieur, alors sa réaction à ce stimulus dépend de différents caractères, de différents conditionnements, de différents tempéraments. C'est alors une question de goût individuel, ça n'a aucun rapport avec la beauté.

La beauté existe-t-elle sans stimulant extérieur ? Je peux voir le lac qui est clair, qui est bleu ou vert, rempli d'une vie extraordinaire et réfléchissant la montagne. Est-ce ainsi que je me sens beau. Est-ce que je connais une beauté à partir de cela, ou la beauté est-elle indépendante, est-elle quelque chose d'entièrement différent, indépendante d'un

aiguillon, que cet aiguillon soit la réflexion de la montagne dans l'eau ou un visage humain ? Je peux lire un poème, me mettre dans un état d'extase émotive, en frémir. Là, le stimulant c'est l'imagination, les mots, mais ce n'est pas la beauté. Et si ce n'est pas la beauté, comment l'esprit peut-il voir la beauté sans dépendre d'un stimulant extérieur, lequel évidemment procure une certaine excitation, un certain sentiment d'énergie accrue, qui fait que l'on dit : « Voilà un beau bâtiment, voilà un bâtiment qui est laid » ?

Mais, pour la plupart d'entre nous, l'esprit a toujours dépendu de stimulants : d'alcool, de la vie sexuelle, de plaisirs, de la vue des montagnes. Et comment un tel esprit peut-il voir la beauté indépendamment de tout stimulant extérieur ? Mais laissons cela de côté pour le moment. J'aborde le problème de plusieurs façons différentes.

Qu'est-ce que l'amour ? Nous savons ce que l'on appelle habituellement amour : jalousie, possessivité, domination, ma famille qui s'oppose à la vôtre, mon pays qui s'oppose au vôtre, mon Dieu et votre Dieu, ce qui est profane et ce qui est spirituel, et cela ce sont des fragments. Puis-je connaître un amour où il n'y a pas de jalousie, ni de possessivité ? J'ai donc à découvrir ce que c'est que l'amour.

Nous avons donc trois questions : « Qu'est-ce que l'amour ? Qu'est-ce que la beauté ? Qu'est-ce que voir ? »

Qu'est-ce qu'une vision totale et non fragmentaire ? Quand je *vois*, je vois la vie totalement : la mort, la naissance, l'ensemble, je ne vois plus des fragments. Et je me dis, en vivant dans ce monde qu'est-ce que c'est que la beauté ? Il y a tant de musées, de tableaux, de livres qui tous m'influencent, me stimulent, donnent une forme à mon esprit ; les uns disent que telle chose est belle, d'autres disent qu'elle ne l'est pas. Je dépends de stimulants. Ces stimulants sont-ils la beauté ? Puis, je me dis : « Non, ça *ne peut* pas l'être, ça ne l'est pas. » Voir un beau bâtiment, ou un beau visage, ou une montagne qui se réfléchit dans l'eau, et dire que c'est beau, je sais que ça ce n'est pas la *beauté*. J'ai rejeté négativement sans savoir ce que c'est que la beauté, j'ai rejeté tout ce que, jusqu'à présent, j'ai pris pour la beauté, mais qui ne sont que des stimulants. J'ai rejeté tout cela complètement.

Et je vois aussi ce que c'est que l'amour, tel que nous

autres êtres humains nous le connaissons : plein de jalousie, d'anxiété, d'un sentiment de solitude, sentant que nous ne sommes pas aimés et voulant être aimés, sentimentalité, émotivité, possession ; et toute cette laideur et ce tourbillon du désespoir. Je vois bien que tout cela ce n'est pas de l'amour. C'est un fait et pas une idée. Et si l'amour est tout simplement un tourment, alors donnez-lui le nom que vous voudrez, mais ce n'est pas de l'amour. Et notre esprit nous ordonne de le rejeter complètement.

Quand je rejette sans motif, sans réaction, que s'est-il passé ? Mais répondez-moi, messieurs, mais que s'est-il passé ? Mon esprit est alors dans un état de négation, n'est-ce pas ? Je n'ai pas encore découvert ce que c'est que le positif. Le positif c'est le fragment. En rejetant tout cela, mon état est négatif. Mon esprit est vide parce qu'il ne dépend d'aucun stimulant, comme la sexualité, la jalousie, ou la situation sociale. Je vois que la beauté n'est pas un stimulant ; elle doit être quelque chose d'entièrement différent.

Et je vois aussi qu'une vie vécue par fragments ne peut jamais m'amener à ce qui est total. Tout cela je le vois et je suis dans un état de négation. L'esprit est dans un état complètement négatif, mais qui n'est pas un état d'inertie. Il est plein de vitalité, d'énergie, mais il faut qu'il y ait un autre élément de plus. Dans l'électricité il y a les deux principes, le positif et le négatif. Jusqu'à présent, je n'ai qu'un côté de la chose. Qu'est-ce qui va m'apporter l'autre ? Le négatif a son propre mouvement, il n'est pas immobile. Quand il n'y a plus aucun mouvement, il y a un positif qui vient à sa rencontre. Regardez, regardez vous-mêmes, messieurs, ne m'écoutez pas. Faites-le et vous le verrez en une seconde, c'est une chose merveilleuse, allons ! L'esprit a vécu par fragments et il est alors dans un état constant de conflits, d'efforts et de concurrence. Et cet esprit se dit : « Maintenant c'est fini, je ne veux plus pénétrer dans ce champ-là, plus du tout. » Et n'entrant pas dans ce champ, parce que l'esprit en a vu la vanité, l'absurdité, il est devenu négatif. Et parce que l'état négatif a son propre mouvement, qu'alors seulement cet état négatif est *complètement* immobile, non pas dans un état d'inertie, mais plein d'énergie, et par conséquent de silence, il lui vient ce prin-

cipe positif qui ne comporte aucune direction, mais qui est en soi. Ceci exige une pensée assez appliquée.

Voyez, messieurs, demeurez très tranquilles, *sans* mouvement. Qu'est-ce qui se passe ? Votre esprit erre et vous cherchez à le contrôler, à résister à son mouvement ; faites-le, et alors votre esprit, votre corps, vos nerfs, les cellules de votre cerveau, tout cela est apaisé. Et alors, si vous restez tranquilles, l'esprit complètement calme, c'est un état de négation, qu'est-ce qui se passe ? Un nouvel élément pénètre, un nouveau mouvement se produit, qui ne doit rien à aucun stimulant ; parce que l'esprit est dans un état de vide, de négation, de passivité si totale où il n'y a aucun mouvement créé par une négation qui dirait : « Il faut que j'aille plus loin », il y a alors un mouvement qui n'est pas créé par l'esprit. L'esprit n'a nulle part où aller. Il n'attend aucune réponse, il n'y a en lui aucune expectative, aucune espérance, aucune recherche en vue de trouver. Quand il y a cette immobilité complètement négative et passive, en lui pénètre un mouvement différent. Le positif et le négatif se rencontrent, ils se sont rencontrés. Et avec cet esprit qui connaît à la fois la négation complète et la positivité *complète,* non pas la positivité des fragments, avec un esprit qui connaît ce positif extraordinaire et le négatif, regardez. Regardez la beauté, l'amour et la nature d'un esprit qui voit la totalité.

Seul un esprit complètement immobile, dans cet état passif et négatif, est capable de voir totalement la vie sans douleur. Il peut voir cette vie où mourir n'est pas finir, parce que dans la mort il y a un renouveau, il y a toujours une chose nouvelle. Si je meurs au passé, à tous les souvenirs d'hier, mon esprit est plein de fraîcheur, d'innocence et de vie. Je n'ai plus peur de la mort. J'ai trouvé maintenant une nouvelle façon de vivre, comment regarder chaque chose d'une façon totale, à partir de ce vide complet qui est positif.

9 août 1965.

VII

Ceci étant la dernière discussion de quoi parlerons-nous ce matin ?

☆ *Comment pouvons-nous observer dans cet état de négation où existe un mouvement positif ?*

★ Vraiment, je ne peux pas répéter tout ce qui a été dit la dernière fois. Nous avons examiné ce que c'est qu'observer, voir et écouter. Je ne pourrais que répéter la même chose autrement.

☆ *Quand on regarde à partir de l'état du silence, du vide, ce regard émane-t-il d'un état d'amour, d'affection ?*

☆ *Ne pourrions-nous pas ce matin, parler de la possibilité, de la nécessité qu'il y a, pour un être humain, de vivre totalement dans les termes de tous ses rapports ?*

★ Je ne comprends pas très bien cette question, monsieur. Voulez-vous la répéter ?

☆ *Mais je peux m'exprimer autrement : Pouvons-nous vivre dans la vérité vis-à-vis de la vie et vis-à-vis de la nature ?*

☆ *En se voyant soi-même, en ayant la connaissance de soi, comment peut-on savoir que l'on ne s'abuse pas ?*

★ Ah oui ! Comment peut-on savoir que l'on n'est pas victime d'une illusion, comment peut-on savoir que l'on ne se trompe pas ?

☆ *Monsieur, est-ce que les enfants vont avoir à passer par tous les aspects de l'esprit positif pour parvenir au négatif, ou bien peuvent-ils être dans le négatif dès le commencement ?*

★ Les enfants doivent-ils passer par l'état positif d'acquisition du savoir afin d'arriver à un état différent, ou bien peuvent-ils se trouver d'emblée dans cet état différent ? C'est de ça que vous voulez discuter ?

☆ *Pourriez-vous éclaircir pour nous le sens de l'autohypnose qui se produit quand on observe un feu ou de l'eau courante ?*

☆ *Quelle est cette énergie nécessaire à une attention totale, comment prend-elle naissance alors que presque toute notre vie est un gaspillage d'énergie ?*

★ Peut-être qu'en parlant ensemble de cette question-là, nous pourrions répondre en même temps aux autres. Voulez-vous que nous poursuivions cette question-là, intéressera-t-elle tout le monde ?

☆ *Oui.*

★ Quand vous écoutez ce cours d'eau, le vent dans les feuilles, la façon d'écouter, à ce qu'il me semble, est de toute première importance. Parce qu'écouter est une action, et par conséquent écouter et agir engendrent de l'énergie, tandis qu'écouter pour agir après coup entraîne une déperdition d'énergie. Examinons ce point.

Toute action exige de l'énergie. Pour faire *n'importe quoi* : pour penser, pour sentir, pour parler, il faut de l'énergie. Dans l'action, s'il y a effort, ou s'il y a un hiatus entre l'idée et l'action, il y a déperdition d'énergie. Quand je fais quelque chose parce que je vois clairement, il n'y a pas de perte d'énergie ; quand voir c'est agir, quand l'action se produit instantanément, il n'y a pas de perte d'énergie. Je me trouve devant un danger, la perception du danger et l'action immédiate qui s'ensuit ne comportent pas

de perte d'énergie. Mais pour nous, en général, l'action est séparée de l'idée ; et c'est dans l'ajustement de l'action à l'idée que se produit cette perte.

Ceci, à mon avis, il est très important de le comprendre, parce que nous fonctionnons tous selon une formule, une formule catholique ou protestante ou communiste, ou toute autre que nous avons élaborée au fil de l'expérience, grâce à notre savoir. Cette formule peut être l'image que chacun de nous a de lui-même, ou de la société, ou de ce que la société devrait être. Mais la formule n'est pas l'action, la formule c'est le désir, l'exigence de sécurité dans l'action. Mais quand une action n'entraîne aucun frottement, il n'y a pas de déperdition d'énergie ; tandis que l'action où il y a le frottement causé par une idée, un plaisir, ou une formule, entraîne toujours un gaspillage d'énergie.

Ce qui nous intéresse par conséquent, ce n'est pas tant l'action que la question de comprendre pourquoi nous avons ces formules et ces images. *Voilà* la question. Il n'est pas tellement intéressant de savoir comment agir afin qu'il n'y ait pas de frottement, mais plutôt de comprendre pourquoi nous avons élaboré, cultivé, nourri, entretenu les formules. Plus celles-ci sont compliquées, subtiles, enracinées dans notre science et dans notre expérience, plus elles sont fortes. Est-il possible d'agir sans formules ? Ceci entraîne une question : qu'est-ce que c'est que la maturité ? Arriver à maturité est-ce croître, vieillir et mourir, ou bien ce mot a-t-il une signification absolument différente ?

Pour mûrir, un fruit a besoin de soleil, d'obscurité, de pluie, de la sève qui lui vient de l'arbre ; et quand il est mûr, il tombe. Voilà ce que nous appelons maturité, mûrissement pour un fruit. Pour nous, la maturité paraît être l'effet de frottements, d'efforts, de conflits, d'une lutte constante, intérieure et extérieure. Ce que nous appelons maturité dans l'être humain c'est une amplification du conflit, l'expression de ce conflit dans l'action ou dans le désordre.

Maintenant, qu'est-ce que la maturité de l'esprit ? L'esprit doit-il passer par d'innombrables expériences, des conflits, des luttes, toutes les influences qu'un être humain peut vivre dans notre société moderne, doit-il passer par tout cela pour mûrir ? Doit-il être dans un état constant de conflit, afin d'atteindre à un état de maturité ? C'est à

peu près la même question que celle qu'a posée ce monsieur ; je cherche à y répondre d'une façon différente.

Devons-nous passer par toutes les expériences possibles de la vie pour mûrir, pour être capables d'une action où il n'y a pas un seul frottement ? L'esprit humain, le vôtre ou le mien, doit-il passer par toutes les formes de lutte, de conflit, de gaspillage d'énergie, de contrôle d'énergie, pour arriver enfin à cet état de maturité ? Habituellement, nous répondons : « Oui. » Et maintenant ce « oui », nous allons le mettre en doute.

☆ *Mais est-ce qu'il n'existe pas un* type *d'expérience entièrement différent ?*

★ Je n'en sais rien. Vous demandez s'il n'existe pas un type d'expérience différent. S'il vous plaît, c'est éviter le fait, éviter ce qui *est,* quand nous nous mettons à demander une expérience différente. J'ai parlé de tout cela, je n'ai pas envie de me répéter. Monsieur, permettez-moi de poser toute la question d'une façon différente. Un esprit qui a vécu depuis si longtemps, qui a accumulé tant d'expériences, qui respecte certaines valeurs dans certains domaines, un tel esprit peut-il devenir totalement innocent et, à partir de cette innocence, agir ? Maintenant, oublions tout ce qui a été dit pendant les dix-sept dernières causeries et voyons tout d'une façon absolument neuve.

L'esprit humain tel qu'il est maintenant, doit-il passer par des années et des années de lutte, d'amertume, de crainte, de haine, de vanité, et rejeter tout cela dans le but d'être innocent, ou bien ne peut-il pas être innocent dès le commencement, et maintenir cette qualité d'innocence ? Ce n'est qu'un esprit renouvelé, plein de fraîcheur, non contaminé, non fragmentaire, non morcelé par l'expérience, morceaux que l'on rassemble ensuite, c'est un esprit limpide, sans aucune cicatrice de la mémoire, seul un tel esprit est capable de voir le neuf. Si je veux voir quelque chose de neuf dans la vie, je ne peux pas l'aborder avec un cerveau bourré, des idées encombrées pleines de confusion et de tourment. Il est absolument nécessaire d'avoir un esprit neuf.

Comment ceci est-il possible ? Très évidemment pas grâce

à l'exercice d'une méthode, d'un système, en cherchant, en s'exerçant à être lucide ; tout cela ne fait que renforcer le conditionnement de l'esprit dans la ligne qui est la sienne. Ma question est celle-ci : Bien que l'esprit ait vécu depuis tant d'années, ait subi tant d'influences, tant d'éléments de conditionnement différents, tant de milieux différents, peut-il s'affranchir instantanément et se trouver dans un état de totale fraîcheur ? C'est peut-être une question absurde ; mais je me demande pourquoi je devrais passer par *aucune* expérience, ou, si je passe par des expériences pourquoi doivent-elles laisser la moindre cicatrice sur mon esprit ? Ce sont la cicatrice, les souvenirs, les plaisirs qui alourdissent l'esprit, l'encombrent, l'empêchent d'être libre, qui lui enlèvent toute fraîcheur.

Je veux découvrir s'il est possible — je ne dis pas qu'il soit possible — d'avoir un esprit renouvelé à chaque instant, malgré tous les incidents, tous les accidents, toutes les expériences. Cette question est-elle valable ? Je crois que oui, parce que je vois que sans cette fraîcheur l'esprit ne peut résoudre *aucun* problème, même le moindre petit problème scientifique, dépourvu de toute complication. Il faut qu'il y ait un esprit neuf, pour faire face à la complexité de la société moderne laquelle va en augmentant à chaque instant, et pour comprendre tous les rapports humains existant au sein de cette société. C'est une question valable parce que, comme je l'ai expliqué, seul le point de vue neuf, renouvelé, d'un esprit neuf et renouvelé, d'un esprit n'ayant subi aucun conditionnement, est capable de créer une société et une existence humaine nouvelles. Comment ceci peut-il se produire ? Eh bien ! Messieurs, c'est ce que nous allons approfondir, et si vous pensez que la question se tient, discutons la chose ensemble.

Hier, j'ai passé par une expérience, on ne peut pas se passer d'expériences. Etre sans réaction devant une expérience, c'est être mort ou paralysé ; la réaction c'est l'expérience. Quand on voit une montagne pleine de beauté, rester devant elle complètement paralysé sans réaction, cela n'a pas de sens. Mais comment est-il possible que cette réaction, qui est expérience, se produise, et pourtant ne prenne absolument pas racine dans le sol de l'esprit ? Comment est-il possible de passer par l'expérience et d'en avoir fini

avec elle tout à fait et tout de suite ? Vivant dans ce monde avec tout ce qu'il comporte de complexités, d'expériences, de réactions conscientes et inconscientes se produisant à chaque instant, et qui viennent heurter l'esprit, est-il possible pour celui-ci de subir l'expérience sans qu'elle laisse aucune empreinte sous forme de mémoire, mémoire à partir de laquelle se produit l'action ? Dans ce cas-là, l'action est toujours conditionnée par la mémoire, cherchant à s'y ajuster, et la réaction ne produit dans l'esprit aucune détente, aucune libération du passé.

Il faut donc que je trouve d'abord la clé de ce problème, autrement je vivrai constamment dans la prolifération des expériences, accablé et conditionné dans la souffrance et dans la douleur. Il me faut découvrir une clé qui ouvrira la porte à chaque expérience, sans laisser aucune trace, ou un état de l'esprit d'où toute expérience a disparu.

Nous nous trouvons devant trois questions. D'abord, on voit très clairement qu'il faut mourir au passé, si l'on veut un esprit clair, limpide, innocent, plein de fraîcheur, capable d'aborder tous les incidents de la vie. Cet état est aussi indispensable que la nourriture, la boisson, l'exercice physique ; c'est une nécessité absolue. Alors, alors seulement, est-il possible de vivre dans ce monde, les expériences se succédant sans laisser la moindre trace. Enfin, en troisième et dernier lieu : Existe-t-il un état de l'esprit qui nous permette, vivant et fonctionnant dans ce monde, de n'avoir aucune expérience du tout ? Il ne faut pas conclure qu'un tel esprit est paralysé, aveugle ou isolé ; qu'il s'est séparé au point d'éviter toute forme d'expérience. Me suivez-vous ? D'abord la nécessité d'un esprit renouvelé, plein de fraîcheur ; deuxièmement un esprit qui passe par les expériences, qui fonctionne, qui agit, mais sans en garder la moindre empreinte ; et en troisième lieu, un esprit si extraordinairement vivant qu'il n'a même plus besoin d'expériences d'aucune sorte.

La troisième question, nous allons la laisser de côté pour le moment. Pour la plupart d'entre nous, il n'y a vraiment que deux choses en jeu. Nous ne voyons pas qu'un esprit neuf est nécessaire, nous le voyons intellectuellement ou verbalement, mais nous ne l'exigeons pas vraiment. Nous ne *voulons* pas vraiment d'un esprit frais et neuf, parce

que cela impliquerait de renoncer à tous les plaisirs que nous avons accumulés, cela voudrait dire mourir au passé, et non pas d'une façon fragmentaire mais *totale,* mourir non seulement à nos souffrances, à nos douleurs, à nos peurs, mais à *tous* nos plaisirs ; sans cela, il est impossible d'avoir un esprit neuf. Nous savons profondément en nous-mêmes qu'un esprit neuf est nécessaire, mais nous ne le voulons pas d'une façon assez urgente, immédiate, avec passion, passion qu'une causerie, qu'une conférence ne peut stimuler ni intensifier.

L'énergie nécessaire à la renaissance de l'esprit est celle qui prend naissance à la mort du passé. Nous avons commencé par demander comment il est possible d'avoir cette énergie, autrement dit, d'être dans un état de sensitivité accrue et constante, une sensitivité où il n'y a pas de contradiction, pas de perte d'énergie. C'est à cette question que nous répondons.

Intellectuellement, verbalement, nous voyons bien la nécessité d'un esprit renouvelé. Et l'esprit se dit : « Comment vais-je parvenir à cet état où l'esprit est neuf ? » Sa véritable question, ce qu'il veut au fond de soi, c'est ceci : « Comment puis-je parvenir à cet état de fraîcheur, *lequel me donnera un plaisir plus grand encore ?* » Vous ne voulez pas d'un esprit renouvelé pour lui-même, vous le voulez pour le plaisir que vous en escomptez. Exiger ce plaisir, c'est gaspiller de l'énergie. Je voudrais être sain et bien portant, mais je veux manger toutes les nourritures qui me plaisent. Je veux boire et fumer, mais être en bonne santé tout de même. Les deux choses ne sont pas possibles. J'ai donc découvert quelque chose : pour avoir cet esprit renouvelé, il me faut comprendre et mettre fin, mourir au principe du plaisir. Parce que, si je ne le fais pas, la question que je me pose vraiment sera celle-ci : « Comment vais-je pouvoir trouver du plaisir avec cet esprit renouvelé ? »

Je vois que la plupart d'entre nous ne veulent pas réellement mourir à tous les plaisirs, aux accumulations, aux haines, aux vanités qui sont en nous. Nous voulons nous en repaître, et aussi avoir un esprit neuf. Ce n'est pas possible. Alors, comment puis-je mourir au passé ? Vais-je me poser cette question ? Je ne me la poserai pas parce que,

en réalité, je n'ai pas envie de renoncer au passé. J'écris des livres, j'ai été quelqu'un, j'ai parlé en public, j'ai derrière moi une histoire, une réputation, et je ne désire pas mourir à tout cela. Parce que si je meurs à tout cela que va-t-il se passer ? Je ne serai plus rien du tout ; je serai dans un état de vide, une vacuité complète.

Voyez-vous, si je meurs — et je *veux bien dire* mourir — je n'ai plus le moindre souci de ma réputation, de ce que les gens peuvent dire, d'avoir parlé dans différents coins du monde et toutes ces balivernes ; si *vraiment* ça m'est égal, il y a un état de vide, un état de vide complet. Et dans cet état de vide règne une énergie formidable. Ceci vous ne pouvez pas le savoir si vous ne l'avez pas fait. C'est un vide chargé d'une sensitivité et d'une intelligence incommensurables. Cette énergie, cette intelligence, cette sensitivité ne peuvent absolument pas prendre naissance par l'effet du savoir accumulé, de l'expérience, de la mémoire.

Ce vide sent ainsi, il se dit : « J'ai tout perdu, mes amis, ma réputation, mon désir de parler et d'utiliser l'auditoire pour mon plaisir. » Quand vous avez compris le principe du plaisir, le besoin de continuité du plaisir, il ne reste plus de trace de la mémoire en tant que mémoire psychologique. Je tiens à ma mémoire parce qu'elle est agréable ; et parce qu'elle est agréable, je ne désire pas souffrir. C'est ainsi que le plaisir engendre la souffrance. Je vois en même temps la nécessité d'un esprit renouvelé, et je me rends compte que pour être dans un état où l'esprit se renouvelle sans cesse, et non parce que c'est agréable, il faut qu'il y ait un vide total, où la pensée orientée par le plaisir, l'image, l'expression, n'a plus de sens. L'esprit est arrivé à ce point par son intelligence, par un raisonnement logique et sain, et non par recherche du plaisir. C'est une suite naturelle, si l'on peut donner le nom de suite à quelque chose qui est en dehors du temps.

Les expériences peuvent traverser cet état de vide. Mais alors ce n'est plus *moi,* l'observateur, le penseur, l'expérimentateur, qui subis les expériences, et qui, par conséquent, en retiens les traces. Ce n'est pas comme si vous enfoncez une épingle dans votre jambe et que celle-ci, paralysée, n'a pas de réaction. Il *faut* qu'il y ait une réaction. En fait,

chaque réaction est intensifiée, mais en passant par cet état de vide, l'expérience n'est plus enregistrée, et par conséquent il n'existe plus de passé basé sur la recherche du plaisir et sur la fuite devant la souffrance.

Tout ceci exige de l'intelligence, et non pas ce sentiment de : « Je voudrais avoir, je voudrais acquérir ceci ou cela. » Il ne s'agit pas d'accumuler du savoir, de lire des livres ou d'écouter des causeries. *Rien* ne peut le faire. Simplement, l'esprit *voit* la nécessité de la clarté, d'un esprit renouvelé, et un esprit renouvelé et plein de clarté ne peut prendre naissance que grâce à une grande intelligence. Celle-ci *est* énergie, parce qu'alors cette intelligence *agit*, mais son action n'engendre aucune idée, laquelle serait déperdition d'énergie.

L'esprit en est donc arrivé à ce point. Il ne se dit pas : « Comment mourir au passé ? Comment mourir aux souvenirs que j'ai eus, à mon accomplissement personnel, avec tous les plaisirs, les frustrations et les souffrances que cela comporte ? » Il ne recherche aucune méthode. Il voit la nécessité d'un esprit renouvelé. Voilà la question à *laquelle* il doit s'attaquer ; à *laquelle* il doit s'agripper.

Rejeter un plaisir, sans qu'intervienne en tant que motif un plaisir escompté plus grand encore, mourir à ce plaisir complètement, exige une lucidité, une clairvoyance qui est intelligence. Ceci se produit quand on a bien compris la nécessité d'une aurore nouvelle, qui ne soit pas le crépuscule d'hier prolongé jusqu'à ce matin. Quand ceci est *absolument clair,* tout le reste s'ensuit aisément. On peut alors passer par des expériences sans que celles-ci laissent la moindre trace, quand on a rejeté toute forme de plaisir, et par conséquent de souffrance et de douleur, parce que le rejet du plaisir, de cette souffrance, de cette douleur, est une prise de conscience de toute la structure du plaisir et de la douleur. De cette lucidité, de cette prise de conscience, jaillit l'énergie qui est intelligence.

Un motif comporte une énergie qui lui est propre, mais il n'est pas de la qualité de l'intelligence. Une prise de conscience totale où il n'y a plus de choix, de plaisir, et par conséquent de souffrance, fait régner l'ordre et cette énergie qui est intelligence. Celle-ci est toujours vide. Par conséquent, l'énergie qui est intelligence est essentiellement

simple. La simplicité est un mot tellement chargé qu'il a perdu toute espèce de sens. Les saints, les moines, les instructeurs, ont ramené la simplicité à des choses aussi misérables qu'une question d'argent, de vêtements, d'aliments. Pour eux, la simplicité c'est de posséder peu de vêtements, de prendre un repas par jour, avec quelques miracles par-dessus le marché. Les miracles sont la chose la plus facile à accomplir. Si vous êtes trop simples dans un certain sens, vous pouvez accomplir des miracles. Cela a été fait. Cette extraordinaire auréole est donnée pour rien ; mais la véritable simplicité est quelque chose d'entièrement différent. Il nous faut être extraordinairement simples ; et non pas seulement en matière de vêtements, d'aliments, d'habitation.

Là où il y a l'intelligence qui est énergie, et que l'individu vit dans un état de vide et de solitude complets, cette intelligence fonctionne toujours en étroit contact avec les faits, et par conséquent elle est simple. Elle est sans opinions, sans dogmes au sujet des faits. Il n'y a plus que le fait, ce qui *est*. L'espace entre le fait et l'image, la formule, les opinions que nous pouvons avoir au sujet du fait, tout cela c'est un gaspillage d'énergie. Ceci est la dernière causerie, donc veuillez approfondir la chose, absorber le sens des paroles, de sorte que votre esprit, toute votre énergie devienne extraordinairement vivante, intelligente, et par conséquent extraordinairement simple. Cette simplicité est l'état dans lequel il n'y a aucun espace entre l'observateur et le fait. Il n'y a que le fait, le ce qui *est*. Que le fait soit agréable ou douloureux est sans importance.

Tout cela nous pouvons le voir. Et, dès lors, est-il possible, demandons-nous, de vivre dans ce monde, d'aller à notre bureau, d'avoir une famille, de prendre des vacances, de faire tout ce que nous avons à faire, de vivre, et cependant d'avoir cette intelligence qui fonctionne à chaque instant ? C'est là une *fausse* question. Ce n'est pas une question simple. Elle est basée sur la recherche du plaisir. Mais si vous dites : « Puis-je regarder le fait en face, le ce qui *est*, chaque jour, sans qu'il existe le moindre intervalle entre le fait et moi ? » la question aurait un sens. Et si ensuite vous demandez : « Puis-je maintenir ce sen-

timent d'intelligence à chaque instant ? » vous posez une question fausse.

Vous êtes maintenant devant le fait, le ce qui *est*, l'expérience. Vous obligez votre esprit à regarder la chose comme elle *est*, et non pas à travers l'écran des opinions et des idées. Vos opinions et vos idées produisent *l'expérience* vis-à-vis du fait, mais quand vous voyez le fait en tant que fait, ce qui *est*, il n'y a *plus* d'expérience. Si je suis en colère, je suis en colère, c'est un fait. C'est ainsi. Mais dès l'instant où je me dis : « Je ne devrais pas être en colère, c'est mal, ce n'est pas bon pour ma santé, ou pour mon foie, ou pour mon cœur, ou pour ma vie spirituelle », alors je commence à expérimenter dans un champ qui n'est pas celui des faits. Quelle chose extraordinaire qu'un esprit puisse regarder un fait, ce qui *est*, sans qu'il y ait d'expérience ; si je suis menteur, regarder ce fait sans explication, sans justification, sans condamnation. L'esprit qui se complaît à expliquer, justifier, condamner — toutes choses qui ont leurs racines dans le passé, dans le plaisir, dans la souffrance, dans la mémoire — cet esprit fait des expériences et il ne regarde pas le fait en face ; ce fait qu'il ne dit pas la vérité.

Que devient le fait, que je suis menteur ? Est-ce là une question difficile ? Je mens parce que j'ai peur. Maintenons les choses à un niveau très simple. Le fait c'est la peur, ce n'est pas le mensonge, c'est la peur qui m'a poussé à mentir. Le fait, le ce qui *est*, c'est la peur. Et la peur, il faut que je m'en débarrasse ; elle m'est pénible, elle me trouble, elle paralyse mon esprit, l'alourdit, le remplit de ruse. Alors je m'efforce de m'en débarrasser. Et cet effort est une déperdition d'énergie ; alors que *le fait* c'est la peur. Toute action, tout mouvement dans aucune direction au sujet de la peur, est une déperdition d'énergie ; l'intervalle, la distance entre l'observateur qui dit : « J'ai peur », et la peur, est encore une déperdition d'énergie. L'esprit est-il capable, en dehors de tout mouvement, de rester devant cette peur ? J'ai peur de la mort, j'ai peur de douzaines d'autres choses. L'esprit peut-il demeurer en présence de cette peur sans aucun mouvement ? Est-il capable de prendre conscience de toute cette structure de la peur, sans essayer de la condamner, de la traduire, de la justifier,

mais d'en prendre complètement conscience de façon à ce qu'il n'y ait plus aucun mouvement, et que par conséquent survienne une énergie qui est intelligence ? Là, où il y a cette pleine prise de conscience, il n'y a plus de peur.

Ce n'est pas une question de maintenir un état d'esprit où il n'y a pas de peur. J'aurai peut-être peur demain ou dans un instant, mais si je vais à la rencontre de ma peur *maintenant*, d'une façon totale, dans une prise de conscience complète, ou ne règne plus de choix, complètement passive, il y a une énergie qui est intelligence, et par conséquent plus de peur.

Ne cherchez pas à faire de ceci un procédé ! Ce n'est pas un procédé. Si vous le prenez comme un procédé, et si vous voulez l'appliquer pour vous débarrasser de la peur, bonsoir, jamais vous ne comprendrez. Mais si vous voyez tout ceci d'un seul coup d'œil, il n'y aura plus de peur. On ne peut pas s'exercer à la lucidité, on ne peut pas lui demander de continuer d'être ; vous n'exigez pas, vous ne vous exercez pas, parce que votre esprit est intelligent grâce à sa lucidité.

La question suivante est celle-ci : est-il possible pour un esprit d'être dans un état où les expériences — les visions, ce que les gens peuvent bien dire, ce qu'ils ne disent pas, que vous soyez en train de parler ou non, que vous écriviez ou non, que vous soyez célèbres ou non — où toutes ces expériences sont dépourvues de portée, de signification ? A moins d'avoir compris la première question complètement, cette nécessité d'un esprit renouvelé et pur, à moins de l'avoir approfondie dans ses tréfonds, on ne peut pas répondre à la question suivante. Parce que la question suivante, s'il est possible de vivre dans ce monde sans que les expériences laissent la moindre trace, découle naturellement de la première.

Nous nous figurons que la lucidité est une chose qu'il faut maintenir, mais dans toute chose que l'on maintient il y a une continuité ; elle est dépourvue de fraîcheur. Ce dont nous parlons c'est d'un esprit sans cesse renouvelé, hautement intelligent. Il est intelligent parce qu'il comprend, et cette compréhension même est l'énergie qui crée l'intelligence. Quand vous avez *vécu* de cette façon-là, l'attention, la prise de conscience peuvent s'engourdir, peu-

vent s'assoupir ; et quand elles sont nécessaires vous pouvez agir dans cet état d'intelligence.

Mais si vous dites : « Il faut que je maintienne cette chose constamment », vous retombez dans l'état d'avant ; jamais vous n'aurez un esprit renouvelé. Un esprit renouvelé n'est pas une idée. C'est un fait, mais seulement quand nous avons compris la structure et la nature du plaisir, qui est le lieu d'élection de la souffrance. Nous devons donc commencer tout près. Le premier pas, qui est très près, c'est la souffrance, le plaisir que nous prenons aux petites choses, et non pas dans des idées énormes et vastes. En partant de là, vous vous apercevrez par vous-mêmes si un esprit peut vivre dans ce monde et fonctionner, si l'on peut aller à son bureau et tout ce qui s'ensuit, parce que l'esprit est alors si extraordinairement éveillé qu'il n'a besoin d'aucune expérience ; et seul un tel esprit est innocent. Cette innocence, c'est la simplicité portée au plus haut point. Un tel esprit est complètement intelligent, ayant une énergie silencieuse — car une énergie non silencieuse ne peut jamais être intelligente — et là, règne un mouvement d'un ordre entièrement différent. Mais ceci devient une affaire d'hypothèses et par conséquent elle est inutile, à moins d'avoir passé par la première question et d'avoir un esprit tellement vivant qu'il n'a plus besoin d'expérience.

10 août 1965.

DISCUSSIONS DE LONDRES

I

S'agissant d'une rencontre comme celle-ci, comment allons-nous procéder ? Discuterons-nous ? Ou aimeriez-vous poser des questions ? Ou encore, aimeriez-vous que je parle un petit moment et que nous discutions ensuite ?

Je sens réellement, après être allé, pratiquement, dans le monde entier, qu'une immense révolution intérieure doit survenir chez tout être humain, et non pas seulement une révolution idéologique, ou un simple changement de concepts et de formules. Je sens que nous arrivons à une impasse, intellectuellement, émotionnellement, sentimentalement. Dans cette direction, il n'y a aucune espèce d'avenir possible. Intellectuellement, on voit le caractère suprêmement désespéré de la vie inutile qu'on mène, une vie qui n'a aucune espèce de sens, qui, sentimentalement, émotionnellement, est superficielle et vide. Verser dans la sentimentalité, la dévotion ; accepter des concepts religieux, des dieux et des images, l'adoration et le rituel, tout cela est sans signification et n'a absolument aucune portée.

Dès lors, que faire ? La plupart des gens réfléchis ont rejeté les croyances religieuses, les dogmes, les dieux, les rituels — toute la pantomime qui se joue au nom de la religion. Et, ayant mis de côté toutes ces choses, on se sent terriblement vide, solitaire et désespéré. On est prêt à se suicider, à s'affilier à quelque association mystique ou à se perdre dans des créations intérieures. Si, comme on le

doit, on rejette littéralement tout — ses propres concepts, formules, projections, idées, peurs, espoirs, et toutes ces autres choses auxquelles nous nous accrochons dans notre vie quotidienne — et s'il est possible de rejeter tout cela intelligemment, non par réaction, et en évitant de s'engager dans quelque parti politique ou religieux, dans quelque idée ou action, alors où en est-on ? Je ne sais pas si vous pensez si peu que ce soit de cette manière. Et dans l'affirmative, si vous pensez ainsi, sans aller jusqu'à vous jeter à l'eau, reste-t-il quelque chose de plus ? Après tout, c'est ce que nous essayons de découvrir, n'est-ce pas ? Sans accepter aucune autorité, aucune formule de salut personnel, et tout le reste — tout ce qui témoigne d'un manque excessif de maturité.

Quand on parvient à ce point, reste-t-il quelque chose de plus qui ne soit pas une projection de soi-même, une imagination, une vision, le produit d'une sensibilité surexcitée ? Toutes ces choses sont assez simples à expliquer, à comprendre et à produire. Si l'on est tant soit peu sérieux, comment procéder ensuite ? C'est ce dont j'aimerais discuter. Je ne sais pas si vous en avez envie.

Les choses assez évidentes, on peut, je pense, les comprendre — comme les guerres, la terrible famine en Orient, la pauvreté, l'énorme révolution technologique qui se poursuit autour de nous, les cerveaux électroniques et l'automation, donnant à l'homme d'énormes loisirs. Pas immédiatement, mais peut-être dans cinquante ans, ou dans vingt ans, l'homme va disposer de beaucoup de loisirs. Il va être libéré du travail pénible, du labeur incessant. Et qu'adviendra-t-il alors ?

Que doit-on faire, si l'on est le moins du monde sérieux ? Par ce mot, je n'entends pas un sérieux délibéré créé par la volonté mais un sérieux qui vient naturellement. Quand on observe tous les penchants superficiels de l'homme, ce qui se passe dans le monde et en nous-même, une certaine qualité de sérieux survient, je pense, inévitablement. Et si on l'est en ce sens — et on doit l'être après toutes ces années passées à discuter, converser, écouter et lutter avec la vie — on doit, me semble-t-il, en être venu naturellement à rejeter, à renier certaines choses qui ont été imposées à l'homme par sa propre ambition, sa cupidité, etc., et par la

société qu'il a créée. Quand on rejette tout cela, on devient quelque peu sérieux. Par être sérieux, je ne veux pas dire fréquenter divers groupes de méditation, des écoles de yoga et toutes ces balivernes.

Si l'on est tant soit peu sérieux, que se passe-t-il ? Je pense que cela vaudrait la peine d'en discuter, de l'approfondir pendant ces six réunions. Parce que nous pourrions continuer de labourer sempiternellement sans jamais semer. Et je crains que ce ne soit ce que font la plupart d'entre nous : ne sachant pas comment semer, n'étant pas capables de procéder intelligemment après avoir labouré, ils continuent de labourer.

☆ *Krishnamurti, vous parlez de préparer et de semer. La difficulté, c'est ce que nous ne savons pas quoi semer. Nous parvenons à un point où nous ne savons plus que faire.*

★ Cette dame dit que nous ne savons pas quoi faire. Nous pensons avoir labouré, mais, après cela, nous ne savons pas comment semer ou quoi faire.

☆ *Il est très facile de* faire *quelque chose, mais il n'est pas si facile d'avoir simplement la capacité d'*être.

★ Cette dame dit que c'est un problème d'être, et non de labourer ou de semer. Mais nous ne savons pas comment être.

☆ *Qu'entendez-vous, Krishnaji, par « semer » ?*

★ Ce n'est qu'une image. Ne poussez pas cette image jusqu'à la détruire. Pour moi, semer, labourer, c'est en réalité pénétrer en soi-même. Et le fait même de labourer, si l'on va très profondément à l'intérieur de soi-même, se confond avec celui de semer. Il n'y a pas là deux choses différentes. Nous ne pouvons pas aller plus loin avec cette image.

Après toutes ces années de lutte, de douleur, de recherche, d'affiliation à tel groupe ou tel autre, de quête des

Maîtres, de recherche de quelque chose de mystérieux, d'efforts pour trouver une permanence, un espoir, quelque chose qu'on appelle l'éternel, qui est hors du temps, etc., nous devons découvrir si nous pouvons rejeter tout cela. Nous avons joué avec toutes ces choses, nous les avons recherchées, nous avons lutté pour elles, nous les avons poursuivies, nous avons adhéré au parti communiste, au parti socialiste ; ou encore nous avons mené une vie très simple, comme le font les Indiens, portant un pagne et prenant un repas par jour, pensant que c'est là la vie religieuse, et s'asseyant au bord d'un fleuve, pour y méditer interminablement. Nous avons joué avec tout cela. Vous pouvez n'avoir pas fait ces choses vous-mêmes, mais vous les avez observées ; et si on les observe intelligemment, sans réaction, on les rejette. Il y a les diverses écoles où l'on vous apprend à devenir lucide, à vous exercer ; et cela aussi vous le percez à jour, vous en découvrez l'illusion. Vous voyez où a conduit le communisme. Et, si l'on a pris tant soit peu conscience de toutes ces choses, on a soif de paix, on désire une certaine qualité de l'esprit, sans se décevoir interminablement. Je suis sûr que vous avez fait tout cela. Sinon, il faut tout reprendre dès le commencement, s'agissant de libérer l'esprit de son conditionnement, de savoir comment on peut parvenir à cette libération, si elle peut être obtenue, s'il est, à quelque degré, possible de se délivrer de la peur, du désespoir, de l'anxiété, de la cupidité, de l'envie, de la recherche du pouvoir, d'une position, du prestige — de toutes ces choses.

☆ *Il y a aujourd'hui beaucoup de jeunes gens qui ont voyagé d'un bout du monde à l'autre et qui ont l'impression d'avoir atteint quelque chose. Ils ne se sont adaptés à aucune société. Que peut-on en dire ?*

★ Laissez les autres tranquilles. Si quelqu'un a fait lui-même tout ceci : s'être affilié au parti communiste, puis en être sorti ; s'être plongé dans la religion, puis en être sorti ; être allé dans un monastère pendant un mois ou deux et, ayant vu ce qu'il en était de la vie monacale, l'avoir quittée ; avoir lu tous les livres si intellectuels, etc. ; si quelqu'un a fait certaines de ces choses, ou, tout au moins, cher-

ché sa voie à travers toutes ces choses, sans nécessairement y adhérer, où en est-il ? Attendons-nous de quelqu'un d'autre qu'il nous dise quoi faire ? Evidemment non. Si vous êtes passé par tout cela, vous rejetez évidemment toute autorité, toute autorité en tant que loi. Alors, que faire ? Vous ne pouvez vous tourner vers un autre ; vous ne pouvez pas mettre votre foi dans un autre. Il reste que vous êtes vous-même — vous-même en rapport avec la société. Ou, plutôt, vous *êtes* la société, parce que vous êtes un être humain — un être humain qui a vécu pendant deux millions d'années, créant ce monde effroyable. Vous êtes cela, vous êtes la société que vous avez créée. Vous rendant compte de cela, qu'allez-vous faire ? Il n'y a pas d'autorité extérieure à nous-même pour nous dire quoi faire. Tout espoir, tout désespoir font partie de nous-même. Ou nous créons, dans l'espoir, de grandes choses, de grandes images, des utopies, des dieux, et tout le reste ; ou, étant dans le désespoir, nous adhérons à quelque petite société futile ou nous allons nous jeter à l'eau. Si l'on ne fait *aucune* de ces choses, ce qui est *très* difficile, peut-être n'a-t-on pas atteint un point où, sans cynisme, sans amertume, sans désespoir, l'on a tout rejeté. Il se peut que ce soit là pour chacun de nous le vrai point crucial, la vraie question. Il se pourrait qu'il ne fût pas possible d'atteindre un tel point sans *aucune* déviation ou déformation, sans *aucune* réaction. Cela exige une terrible discipline intérieure, une attention et une vigilance extrêmes, et l'on peut n'avoir pas envie de tout cela.

Donc, *si* l'on est parvenu à ce point où il n'y a plus de déformation — s'il est vraiment possible d'en arriver là ; où l'esprit peut fonctionner en toute clarté, non de façon fragmentaire mais comme un tout — si l'on peut parvenir à ce point avec énergie, avec vitalité, dans la liberté, *reste-t-il* quelque chose de plus ? Est-il possible de parvenir à ce point ? Etant donné ce qu'est la société, l'influence de la société, ce qu'ont été nos origines, notre éducation, nos expériences propres, la tradition que nous avons reçue, les influences et le conditionnement que nous avons subis ; et sachant avec quelle ruse, avec quelle subtilité, l'esprit parvient à se dérober, est-ce humainement possible ?

☆ *La plupart d'entre nous doivent « fonctionner » à l'intérieur de la société pour gagner leur pain quotidien.*

★ C'est ce que je veux dire. Vivant dans la société, et se trouvant en dehors d'elle dans un autre sens, comment peut-on parvenir à ce point ? Car la vie est action. La vie est relation. La vie est un mouvement — pas les affaires *et* la vie. En prenant la chose comme un tout, est-il possible de vivre en ce monde et d'en arriver à ce point — non en se réfugiant dans les monastères, et tout ce fatras, qui n'a pas de sens ; non en s'identifiant à une nation ou à un groupe particuliers ; non en travaillant pour le communisme ou quelque autre chose ? Peut-on, vivant en ce monde, en arriver à ce point ? Si on ne le peut pas, alors on doit tirer le meilleur parti possible de ce monde, et, en conséquence, l'épouvantable ennui et l'effrayante monotonie de la vie n'ont aucune signification. Aller à son bureau pendant quarante ans pour gagner sa vie, et c'en est fini. Voyant cela, on se révolte ; on devient un beatnik et tout ce qui s'en suit, ou on devient extraordinairement superficiel, assoiffé d'éternelles distractions.

Comme moi-même, vous devez aussi avoir vu, lu et entendu, ou on vous a dit, que l'automation et les ordinateurs allaient donner à l'homme des loisirs démesurés. Que va-t-il faire de ces loisirs ? On parle déjà de la semaine de vingt heures.

☆ *Il suffit que vous atteigniez ce point, et qu'ensuite vous en restiez là.*

★ C'est ce que je veux dire.

☆ *Et découvrir par vous-même ce qu'il en est.*

★ Oui. Mais comment *parvenons-nous* à ce point ? Vous suivez, monsieur ? La plupart d'entre nous marchons à tâtons dans les ténèbres. Nous lisons tellement ! Tant d'hommes religieux, tous les écrivains habiles, les existentialistes, et tous les autres, ont dit tellement de choses !

☆ *D'après ce que vous dites, il n'y a donc pas de réponse verbale ?*

★ Réfléchissons à ce point. Ne nous laissons pas aller tout de suite à quelque conclusion, à quelque jugement définitif. Je pense que la manière dont nous arrivons à ce point est d'une grande importance.

☆ *Allons-nous vers ce point, ou est-ce que nous ne sommes jamais réellement en dehors de lui ?*

★ Nous sommes toujours en lui.

☆ *Nous n'en avons pas conscience.*

★ Ah ! c'est cela, monsieur. Nous sommes toujours en ce point, mais nous n'en avons pas *pris conscience.* Mais nous sommes conscients de notre détresse, de notre désespoir, de notre interminable conflit avec nous-même, et, quand nous sommes libérés de ces choses, peut-être sommes-nous *cela,* quelle qu'en puisse être la nature.

☆ *Je pense que nous essayons d'atteindre cette position, mais nous voyons toujours que cette tentative est une réaction ; nous n'allons pas vers ce point spontanément ou librement. C'est toujours une tentative née d'une réaction à quelque chose d'autre.*

★ Oui, monsieur. Voici quelqu'un. Il a vécu trente, quarante ans ou quatre-vingts ans. Où en est-il ? Toujours dans la même cage ? Ou, par réaction, il en est sorti pour en créer une autre ; ou encore, n'ayant pas trouvé de réponse au problème de la vie, il est simplement à la dérive. Ne serait-il donc pas juste de se demander où on en est, non par réaction, mais simplement pour répondre à une question, à un défi ? Il serait très intéressant de découvrir quelle réponse on pourrait faire à ce défi.

☆ *Vous ne voulez pas parler du* lieu *où l'on se trouve, mais de l'état d'esprit dans lequel on est ?*

★ Oui, monsieur. Pas à Wimbledon ! (*Rires.*)

☆ *Monsieur, toute la difficulté, c'est qu'on arrive à un point où soudainement on sent : « Je me trouve là, à l'écart de tout » et où, tout à coup, on prend peur de ce vide. Ce vide reste naturellement un concept ; l'occasion ne nous est pas donnée de l'analyser. Avant qu'il ne s'abatte effectivement sur vous, vous pensez qu'il va vous engloutir, et alors vous vous engagez dans une nouvelle réaction, génératrice de peur, et vous vous remettez à fuir.*

★ Donc, si vous vous posiez la question, ce serait votre réponse.

☆ *On ne peut probablement pas rester continuellement dans cet état ?*

★ Non, monsieur, non. On ne reste pas continuellement dans un certain état.

☆ *Voyez-vous, on y arrive mais on ne lui donne aucune chance. On va vers quelque chose d'inconnu, et au moment même où on va l'aborder, on pense : « Laissez-moi regarder en arrière. »*

★ Je comprends. Parfaitement.

☆ *La chose qu'on pense désirer d'une main, on la combat de l'autre.*

★ Tout cela implique un conflit, n'est-ce pas ?

☆ *Exactement.*

★ Et le conflit est contradiction — contradiction, conflit et effort. C'est le cercle dans lequel nous tournons.

☆ *Il est important d'avoir ce concept au sujet d'un idéal.*

★ Non, non, pas de concept du tout. Voyez, monsieur.

Nous vivons avec l'amour et la haine, avec la colère et le plaisir, n'est-ce pas ? Le conflit se poursuit en nous, sans cesse, interminablement. Et c'est la contradiction, qui engendre l'effort ; et l'effort est une réaction. Vous connaissez tout cela.

☆ *Vous posiez la question de savoir si c'est possible.*

★ Laissons cette question de côté. Posons la question différemment. J'ai vécu pendant, disons, quarante ans. Où en suis-je ? Je suis marié, j'ai un enfant, une vie sexuelle, de la colère, de la jalousie, de l'ambition, une maison, une famille, des querelles, j'ai commis des erreurs et subi des échecs. Je suis tout *cela*, et je désire davantage, je lutte pour obtenir davantage. Et je me dis : « Où en suis-je maintenant au bout de quarante ans ou de quatre-vingts ans ? Dans le même vieux labeur, continuel et monotone ? »

☆ *Pas tout à fait le même, mais presque.*

★ Modifié.

☆ *Monsieur, le problème n'est-il pas que l'esprit de chacun de nous est pareil à un magnétophone ? Pendant tant d'années, on enregistre toutes choses, la même chose.*

★ Oui, monsieur, oui !

☆ *On se ressaisit et l'on se dit : « Tout cela est absurde. » La solution est d'en finir avec tout cela. Que faire ? Au moment où l'on va tout effacer, il s'enregistre un petit fragment de plus, qui comporte peut-être un peu plus de variété, en sorte que vous vous élancez à la poursuite de la chose, incapable de décider si vous devez ou non effacer l'enregistrement.*

★ Ainsi, on se dit à soi-même : « Je suis une machine qui répète indéfiniment. C'est une répétition modifiée, ce n'est pas toujours le même gramophone ni le même son. C'est modifié, changé, mais c'est toujours un même

modèle. » Alors, que faire ? Si l'on se rend compte de cela, que faire ? Briser le modèle ? Mais comment le briser sans en créer un autre ?

☆ *On n'a pas à le briser si l'on se rend compte de ce qui se passe et si l'on se dit : « Je suis une machine répétant ceci, cela ou autre chose. » Dès l'instant où on a cette prise de conscience, parce qu'on regarde la chose, on cesse simplement d'être cette chose.*

★ Donc, comment regardez-vous la chose ? Comment devenez-vous conscient que vous êtes une machine, sans laisser l'enregistreur créer un autre modèle de machine, un autre enregistreur, et ainsi de suite, l'interminable répétition avec modification ? Comment peut-on être tellement conscient de ses propres manières mécaniques de penser qu'on s'en affranchisse et qu'on ne mette pas un autre mécanisme en marche ? Je ne sais pas si je m'exprime clairement.

☆ *Ce qu'on doit faire, me semble-t-il, c'est devenir davantage conscient de n'importe quel milieu dans lequel on vit à un moment donné, parce que, ce faisant, on est davantage dans le présent.*

★ Très bien. Alors qu'entendez-vous par « conscient », par être conscient ? Je suis conscient du milieu dans lequel je vis — la société, la famille, les amis, le travail.

☆ *Non, je ne veux pas dire simplement le milieu immédiat, mais le tout.*

★ Commençons lentement, n'est-ce pas ? Quand nous parlons d'être conscient, qu'entendons-nous par ce mot ?

☆ *Regarder.*

★ Regarder. Comment regardez-vous ?

☆ *Pour regarder, il faut qu'il n'y ait pas d'observateur.*

★ C'est exact, monsieur. S'agit-il en ce moment d'un échange de mots ou de faits ? Vous saisissez, monsieur, ce que je veux dire ?

☆ *Je pense que prendre conscience, cela implique l'établissement d'une relation.*

★ Non, monsieur, un instant, monsieur. Je demande tout d'abord le sens de ces mots : être conscient. Je suis conscient d'être assis devant ce microphone. Et je dis : qu'est-ce que j'entends par être conscient de cela ? Je le vois et je sais que c'est un microphone. Et c'est très simple. Cela ne pose aucun problème. Mais je suis conscient que vous êtes assis là et moi ici. Y a-t-il une relation quelconque entre vous et moi ? Cela fait partie de la prise de conscience, n'est-ce pas ? Est-ce que je vous regarde avec mes particularités, mes idiosyncrasies, mes tendances, mes préjugés ? Ou est-ce que je vous regarde sans tout cela ? Si je vous regarde avec tout le contenu de mon esprit, alors je ne vous regarde pas, je ne vous vois pas ; je ne suis pas conscient de vous. Je vois : est-ce verbal ou est-ce un fait ? J'ai un concept intellectuel selon lequel je ne suis pas conscient de vous quand mon esprit est encombré. Est-ce simplement un concept ? Ou est-ce un fait, le fait de me rendre compte que je ne suis pas conscient de vous quand je suis plein de mes propres pensées, de mes propres espoirs, de mes propres problèmes, etc. ? Il peut seulement y avoir un contact, une prise de conscience, une communion entre vous et moi lorsque vous et moi, ensemble, au même moment, au même niveau, avec la même intensité, nous sommes libres, vous, de vos origines, de votre éducation, de vos expériences, et moi, des miennes. Alors nous pouvons communiquer. Et après tout, c'est cela l'amour. Tout cela sûrement est prise de conscience. Je ne suis pas seulement conscient des couleurs des murs, des gens, de la couleur des vêtements, etc., mais aussi de ma propre réaction intime à tout cela, de ma réaction basée sur mon conditionnement, et de la question de savoir s'il est possible d'être libre de ce conditionnement. Sur le plan verbal, vous pou-

8

vez continuer de parler interminablement sur ce sujet ; mais, prendre réellement conscience de mon conditionnement, en sortir en quelque sorte, si c'est possible, et voir ce qu'est alors la relation, c'est là le mouvement de la vie — non mes préjugés affrontant vos préjugés, ce qui bloque tout.

Donc, puis-je m'examiner sans aucune réaction, sans plaisir ni peine ? Simplement m'examiner tel que je suis, d'abord superficiellement, c'est-à-dire consciemment, au niveau conscient ; puis à un niveau plus profond. Et, lorsque je m'examine, suis-je l'observateur en train d'examiner ? Aussi longtemps qu'il y a un observateur en train d'examiner, il devient le censeur. Et est-il possible d'examiner en l'absence de ce censeur ? Je ne sais pas si vous suivez. Tout cela exige une vitalité, une énergie et une attention extrêmes. Et, si l'on ne peut pas le faire, on n'est pas sérieux. On continue alors à jouer autour de la chose. C'est pourquoi je suggérais que nous cherchions à découvrir où nous en sommes. Suis-je encore pris dans mes propres problèmes : sexuels, financiers, oh ! des douzaines de problèmes, conscients ou inconscients ? Si j'ai des problèmes conscients, je ne suis peut-être pas capable de les traiter. Et si, ayant la capacité de les traiter, je me suis contenté de les mettre de côté, alors il y a aussi les problèmes inconscients — les problèmes qui sont dans les profondeurs, les problèmes qui sont si enfoncés dans les replis de notre esprit, si secrets, que nous ne les avons jamais regardés, mis à nu, ou que nous avons peur de les examiner. Peut-on amener au jour tous ces problèmes, les reconnaître pour ce qu'ils sont, et non pour ce que nous voudrions qu'ils fussent. Et peut-on les traiter non fragment par fragment, mais en bloc ?

Il me semble que, pour la plupart d'entre nous, le point majeur, c'est que nous ne paraissons pas capables de faire face à la totalité de la vie ou à la totalité de nous-même. Nous *sommes* la vie, nous *sommes* la société, nous sommes cet être qui a vécu plus d'un million d'années, peut-être deux millions d'années. Nous devons nous saisir de cette entité totale, et non de l'entité intellectuelle, émotionnelle, physique, mais de la chose totale. Chacune réagit sur l'autre, chacune est reliée à l'autre de la manière la plus complexe.

Il nous faut prendre la chose totale, et être avec elle dans sa totalité.

☆ *Ai-je raison de dire que, fondamentalement, il n'y a qu'une seule chose ? Elle peut se revêtir de milliers de formes, mais la seule chose qui soit au monde, c'est la peur primordiale. N'importe quelle autre chose, et même l'amour, n'en représente qu'un certain aspect.*

★ Oui, partiellement, oui, c'est exact, la peur.

☆ *Les peurs négatives.*

★ L'animal a peur, et nous faisons partie de l'animal parce que nous sommes nés avec toutes ces peurs et toutes ces angoisses. Prenez la peur comme un tout — ne dites pas seulement j'ai peur de ma femme, de mon mari ou de mon patron — traitez-la en bloc et, intérieurement, débarrassez-vous-en si *complètement* qu'elle ne vous affecte jamais plus. *Est-ce* possible ?

☆ *Il y a la peur de commettre des erreurs ?*

★ Que je puisse commettre des erreurs n'est pas mon souci. C'est une très petite chose. Cela fait partie de notre peur : commettre des erreurs, n'avoir pas toujours raison.

☆ *Nous devons alors nous débarrasser de la peur intérieurement et extérieurement.*

★ Oui, c'est ce que nous disions. Nous devons regarder au dehors, puis, en partant de cette position extérieure, nous approcher de l'intérieur. Il ne s'agit pas simplement de rester toujours à regarder au-dehors, c'est un mouvement, c'est certain. C'est une marée qui sort puis rentre, ce ne sont pas deux choses différentes. C'est un processus sans terme : commencer par l'extérieur, rentrer à l'intérieur et, de l'intérieur, ressortir.

☆ *Vous voulez dire, monsieur, qu'il n'y a pas réellement de distinction entre l'intérieur, qui est l'esprit, et l'extérieur.*

★ Oui, monsieur, oui, monsieur. L'intérieur de la peau et ce qui est en dehors.

☆ *Il y a une très petite distinction à faire.*

★ Monsieur, je vais en venir à cela. Voyez, pouvons-nous traiter la vie comme un tout, qui est l'intérieur aussi bien que l'extérieur — pas le concept intellectuel et un autre concept, sans diviser la conscience en intellect, émotions, etc., mais la chose *totale*, le conscient aussi bien que l'inconscient. Parce que, si nous ne la prenons pas comme un tout, mais la divisons en fragments, essayant ensuite de résoudre les problèmes que crée chaque partie ou fragment, nous n'en finirons pas. Nous vivons en fragments. Je suis une chose à mon bureau, une autre chose en famille et une tout autre chose encore quand je suis seul, quand je suis dans l'autobus ou quand je marche dans un bois.

☆ *Est-ce que tout le problème n'est pas là ?*

★ C'est ce que je suis en train de dire. C'est tout le problème. Consciemment, je suis une chose ; inconsciemment, j'en suis une autre. Or, est-ce possible de considérer cette totalité comme un tout, et non comme des fragments, chacun s'occupant de l'autre isolément ?

☆ *N'est-ce pas très difficile, monsieur, de considérer cela comme un tout ?*

★ Je ne dirais pas que c'est difficile. Nous sommes si conditionnés, si accoutumés à traiter la vie par fragments. Ce que je voudrais parvenir à savoir, c'est s'il est possible à un être humain de prendre la vie comme un tout et de la considérer comme un tout.

☆ *Nous ne devons pas avoir l'idée que c'est difficile. C'est ce qui nous empêche de le faire.*

★ Je ne le sais pas encore. Je ne sais pas si c'est difficile ou facile. Tout ce que je sais, c'est que nous avons traité

la vie par fragments. Nous ne savons pas ce que cela signifie que de regarder la vie comme un tout. Nous ne pouvons pas appeler cela difficile ou facile. Tout ce que nous savons, c'est que notre vie est fragmentaire.

☆ *Si nous pouvions supprimer l'idée de difficulté, nous pourrions peut-être voir ce qu'il en est.*

★ Oui, monsieur. Mais, voyez-vous, nous ne sommes pas préoccupés par le fait que notre vie est fragmentaire. Pendant mes heures de travail, je suis un savant, un professeur, un biologiste, un homme d'affaires, un technicien, et je suis quelque chose d'autre le reste du temps. Nous vivons de cette manière, en compartiments. J'ai tout d'abord à me rendre compte de cela. J'ai tout d'abord à me rendre compte de la manière dont je vis, et non à me demander s'il est ou non difficile de regarder la vie comme un tout. Maintenant, de quelle manière vais-je me rendre compte de cela ? Vais-je m'en rendre compte parce que vous me dites que je vis d'une façon fragmentaire ? Et est-ce qu'alors je m'en rends compte parce que vous me l'avez dit ? Ou est-ce que je m'en rends compte sans que vous me le disiez ? Vous n'avez pas à me dire quand je suis affamé. Quand je suis affamé, je le sais. Donc, comment nous rendons-nous compte de cela ? Est-ce parce que quelqu'un nous le dit, ou est-ce par notre propre expérience directe, par notre propre expérience et non celle de quelqu'un d'autre ?

☆ *Non, c'est un fait pour vous-même, n'est-ce pas ?*

★ Ah ! attendez, monsieur. C'est terriblement difficile. Ne soyez pas trop prompt en cette matière. Il m'est terriblement difficile de me rendre compte que je suis un menteur. Je peux me dire que je suis un menteur en raison des circonstances, des pressions, des peurs, et ainsi de suite. C'est encore une réaction et non une prise de conscience. Je dois d'abord découvrir ou apprendre par moi-même comme une chose, comme une chose originale, la manière fragmentaire dont je vis, et m'en rendre compte.

☆ *Pourquoi dites-vous que c'est le problème central ? Le plus important, le cœur de la question ?*

★ Parce que j'essaie de résoudre les problèmes d'une manière fragmentaire et que, en conséquence, mes problèmes vont croissant. Quand je considère la vie comme un tout, et la traite comme un tout, alors toute ma manière de vivre, de penser, de sentir, est entièrement différente. Alors, je suis terriblement honnête. Comprenez-vous ?

☆ *C'est une des principales barrières qui font obstacle à la prise de conscience.*

★ Et tout ce qui s'ensuit. C'est un des points majeurs. Donc, comment prend-on conscience de quelque chose ? De quelle manière puis-je prendre conscience que je vis une vie fragmentaire, qui crée d'innombrables problèmes, et donc des contradictions, et donc le conflit et l'effort ? Le cycle se poursuit indéfiniment.

☆ *Une pensée ordinaire est limitée, elle doit nécessairement amener une vie fragmentée. Nous ne pouvons penser que par petits fragments.*

★ Présentement, oui ; mais peut-être y a-t-il une manière différente de penser, ou de ne pas penser, qui résoudrait ce problème fragmentaire.

☆ *Vous dites que pour voir la vie d'une manière totale, nous devons prendre conscience de nous-même totalement, et c'est pour moi la question.*

★ Non, non, monsieur. Je suis conscient que je vis une vie fragmentaire. Maintenant, comment en suis-je conscient ? Il est très important pour moi de le découvrir.

☆ *Si je m'observe, je vois que je suis éveillée, puis que je dors, et, ensuite, je vais plus profond, et je ne dors plus, je ne rêve plus, et alors je me trouve moi-même.*

★ Non, madame, attachons-nous à cette unique chose pendant une minute, si cela ne vous dérange pas. Je me rends compte de ma manière de vivre, je la vois. Ma manière de vivre est fragmentaire : le bureau, la maison, la famille. Maintenant, quelle est la manière dont j'en prends conscience ? Comment le sais-je ? Est-ce un concept intellectuel ou une réalité ?

☆ *Il y a création d'un conflit, les fragments entrent en conflit l'un avec l'autre. Cela crée un trouble, et je reconnais l'existence de ces fragments.*

☆ *Les fragments sont une situation chronique dont nous sommes toujours conscients.*

★ Monsieur, nous essayons de savoir, si possible, ce que nous entendons par prise de conscience.

☆ *On cherche à voir les choses comme on désirerait les voir, au lieu de les voir telles qu'elles sont. Et c'est ce* désir *de les voir selon notre vœu qui constitue réellement le facteur conditionnant. On doit se débarrasser de ce conditionnement.*

★ Non pas « se débarrasser ».

☆ *Je pense qu'on doit* prendre conscience *du conditionnement.*

★ Vous savez, s'entendre dire qu'on est en conflit parce qu'on a une manière fragmentaire de vivre, et s'en rendre compte soi-même sans qu'on vous le dise, c'est très différent. Ce n'est plus alors quelque chose d'intellectuel : je *sais* que ma vie est fragmentaire.

☆ *Comment puis-je savoir si je m'en rends compte directement ?*

★ S'il vous plaît, prenons d'abord la chose simplement ; elle deviendra compliquée un peu plus tard. Commençons lentement. Voyez-vous, nous sommes des êtres humains de

seconde main. Notre expérience, sauf peut-être en ce qui concerne la faim et le sexe, est de seconde main. Et la prise de conscience du fait que je suis de nature fragmentaire est-elle de seconde main ou originale ? Si elle est originale, alors elle a une vitalité totalement différente. Elle apporte une énergie énorme.

☆ *C'est exactement ce point que, pour* prendre conscience, *quelque chose de plus doit y participer, et ma pensée n'est pas une pensée.*

★ Qu'est-elle donc ? Non, monsieur, un instant. Quel est ce « quelque chose de plus » qui participe ?

★ *Mon sentiment.*

★ Votre sentiment, vos nerfs ?

☆ *Mon corps tout entier.*

★ Votre corps entier. Cela signifie quoi ?

☆ *La totalité de mon corps.*

★ Continuez, monsieur, allez un peu plus loin. Poursuivez. Regardons-nous quelque chose avec tout notre être — avec notre esprit, avec notre cœur, avec notre corps, avec nos nerfs, nos yeux, notre odorat — avec tout ce que nous sommes ? Est-ce que cela arrive jamais ?

☆ *C'est un paradoxe, parce que, en fait, nous sommes satisfaits de ce qui est. Nous nous rendons compte que nous sommes fragmentaires, parce que lorsque nous faisons une chose, une partie de notre pensée fait quelque chose d'autre, de même que vous regardez, mais vous pouvez penser à autre chose. Vos mains font un travail, et vous pensez à quelque chose d'autre. Vous prenez conscience de cela en raison de l'intrusion de quelque chose qui ne fait pas partie du problème. Quand vous êtes entier, intégré, il n'y a pas de prise de conscience par une partie. Vous êtes le tout ; il n'y a pas de partie pour prendre conscience.*

★ Oui, monsieur. Mais comment vais-je arriver à cela ? Comment l'esprit parvient-il à cet état dans lequel il n'y a pas d'intrusion ? Chaque chose fait partie du tout. Je ne sais pas si je parviens à communiquer quoi que ce soit.

☆ *Quand vous faites quelque chose, vous êtes totalement intéressé à ce que vous faites...*

★ Non, vous ne l'êtes pas. Cela, l'intérêt total, ce n'est qu'une concentration. Faites-y attention, je crains qu'il ne nous faille aller très, très lentement, pas à pas, autrement nous ne pouvons pas comprendre, nous passons à côté.

☆ *Dans un moment de crise.*

★ Mais la vie *est* une crise. Non un moment de crise. Dans la vie, tout est terrible.

☆ *Il y a une évaluation qui se poursuit sans trêve, et cela doit prendre fin.*

★ Monsieur, voulez-vous m'accorder deux minutes, me laisser parler un peu, un tout petit peu ? On sait qu'on vit une vie fragmentaire, et on sait aussi, en un sens, intellectuellement, verbalement, que ces fragments créent les opposés, et donc la contradiction, le conflit et l'effort. On sait cela verbalement, intellectuellement. Le savoir *complètement*, et non par l'intellect, par de simples mots, cela exige, sûrement, une approche totalement différente. Que veut dire connaître quelqu'un ? Je vous connais parce que nous sommes des amis, nous nous sommes plusieurs fois rencontrés antérieurement. J'ai certains souvenirs, certaines réactions ; et, en me fondant sur ces souvenirs, ces réactions, ces préjugés et ces expériences, je dis que je vous connais. En réalité, je ne vous connais pas. Je connais seulement le passé dont je suis conscient. Je ne puis vous connaître que lorsque le passé n'intervient pas. Donc, de la même manière, je mène une vie fragmentaire, et tout effort de ma part pour intégrer les fragments crée un autre fragment. Il n'y a pas intégration des fragments. Donc, je

dois considérer la chose d'une manière totalement différente ; je dois aborder ce problème tout différemment. Or, comment vais-je procéder ? Aucune action de la volonté, à aucun niveau, ne mettra un terme aux fragments. Mais, toute ma vie, j'ai exercé ma volonté. Renier maintenant d'un coup cette volonté est presque impossible. C'est cette volonté qui a créé les fragments : je veux, et je ne veux pas. Il me faut considérer la chose tout différemment. Il me faut comprendre la nature de la volonté, en sorte que la volonté n'intervienne plus.

Qu'est-ce que la volonté ? Ne la définissons pas en vue de découvrir ce qu'elle est, car nous en venons à quelque chose qui est de vivre une vie sans volonté. Quand dites-vous « Je veux » ou « Je dois » avec détermination, avec une impulsion, une résistance ? Quand cette volonté est-elle active : quand vous désirez quelque chose très fortement ou quand vous *ne désirez pas* ? Sûrement, c'est lorsque vous désirez fortement — ce qui est basé sur le plaisir ou le déplaisir. Quand vous désirez quelque chose, cette volonté entre en activité. Quand le désir est impérieux, quand ce désir rencontre une résistance et qu'aucune issue facile n'apparaît, alors cette volonté est là. C'est assez simple et clair.

Maintenant, qu'*est-ce* que le désir ? Si je ne comprends pas le désir, qui engendre la volonté, laquelle divise la vie en fragments, je ne serai pas capable de résoudre tout ce problème de la fragmentation. Je dois donc étudier le désir et me familiariser complètement avec lui, et non pas le détruire, lui résister ou me dire : « Je dois être sans désir », ce qui est tellement stupide. Je dois être complètement *au fait*[1] du désir, en connaître tous les mouvements : les désirs physiques ; les réactions émotionnelles que nous appelons désirs ; et les concepts intellectuels, les buts, les objectifs qui créent le désir. Je dois connaître la *totalité* du désir et non pas seulement un de ses fragments.

☆ *C'est seulement quand il y a* opposition *que nous sommes conscients du désir.*

1. En français dans le texte.

★ Ah ! non, monsieur, pas seulement quand il y a opposition. Je vois une belle voiture, je la désire. Je vois une belle personne et je m'en réjouis. Si vous êtes sensuel, vous dites : « Je désire cette personne. »

☆ *Si la peur est l'élément fondamental de toute vie, alors la vie n'est qu'une suite d'efforts plus ou moins futiles pour échapper à la peur. Chaque effort d'évasion provoque une sorte de réaction et ainsi la vie est une série de conflits.*

★ Nous parviendrons à la compréhension de la peur par la compréhension du désir. Vous verrez le rapport entre les deux. Je dois découvrir ce qu'*est* le désir, comment il naît, comment il existe, et ce qui lui donne une continuité. Je vous en prie, je ne suis pas *contre* le désir. Je ne dis pas qu'on doit vivre une vie sans désir. Tout cela n'a pas de sens. Je dois connaître par moi-même l'origine, le commencement du désir, comment il prend naissance, comment il se saisit de nous, et ce qui le fait entrer dans un processus qui accumule de la force à mesure qu'il se poursuit. Je dois ensuite comprendre la bataille livrée pour lui résister. Je dois étudier tout le phénomène.

Donc, qu'*est-ce* que le désir ? Je pense que c'est assez simple, n'est-ce pas ? La vision, le contact, la sensation et, à partir de cette sensation, le sentiment : « J'aimerais posséder la chose » ou « Je n'aimerais pas la posséder ».

☆ *Il n'y a pas de problèmes si vous avez assez d'argent.* (Rires.)

★ Non, je veux savoir comment le désir surgit. Naturellement, j'ai l'argent nécessaire ou, si je ne l'ai pas, je vis avec la chose. Mais je veux savoir comment le désir pénètre en moi, comment il existe, comment il s'épanouit, et ce qui le nourrit. C'est assez simple. Je vois une belle chose, une belle maison, une belle voiture — peu importe de quoi il s'agit, ce pourrait être une fleur, un beau jardin. Evidemment il y a sensation — vision, sensation, contact et désir. C'est un fait que vous connaissez par vous-même.

C'est si évident. Ce qui n'est *pas* si évident, c'est ce qui l'amène à sa floraison. Qu'est-ce qui lui donne force, endurance, nourriture et vitalité, et cette énorme énergie derrière lui ? Qu'est-ce qui provoque son épanouissement ?

☆ *Le fait d'y penser.*

★ Juste ! Le fait d'y penser, la pensée. Je puis regarder une voiture, voir le désir surgir, mais, si je ne « pense » pas, le désir n'est pas nourri et il n'y a pas de vitalité derrière lui. Mais, attendez un instant. Une voiture est quelque chose de tout à fait objectif ; mais, subjectivement, intérieurement, c'est beaucoup plus. Je vois, j'observe, je perçois, je comprends le fait que le désir est soutenu, prolongé et nourri par la pensée.

☆ *Ce n'est pas seulement la pensée. C'est la pensée se combinant avec le sentiment de moi-même.*

★ Commencez modestement, monsieur. Commencez par les petites choses et puis passez ensuite aux plus grandes. Je sais que la pensée fournit au désir sa nourriture. Je sais que le désir peut être agréable ou pénible. Je sais aussi que j'aimerais conserver les désirs agréables et rejeter ceux qui me font souffrir. Si je dis : « Je conserverai ceux-ci et je rejetterai ceux-là », je m'occupe de fragments. J'ai donc maintenant à découvrir pourquoi la pensée intervient.

☆ Parce *que ce n'est pas nécessairement vrai, ce n'est pas nécessairement en rapport avec l'objet.*
☆ — *N'est-ce pas parce que nous avons un sentiment d'insécurité ?*

★ Voyez, monsieur. Je vous pose une question.

☆ *Et j'essaie d'y répondre. Pourquoi la pensée* ne devrait-elle pas *intervenir ?*

★ Mais voyons, monsieur. Je vous pose une question. Ou, plutôt, vous me posez une question. Je sais que je peux vous répondre. Dix mots différents me viendront à l'esprit,

mais puis-je vous écouter sans vous répondre et en essayant de savoir de quel fait il s'agit ? Si je vous réponds immédiatement, je vous répondrai de la bonne vieille manière. Je tirerai ma réponse de mes habitudes, de mon répertoire de mots. Mais, si vous me posez une question et que je ne connaisse pas la réponse, j'écoute et je reste silencieux. Je ne sais réellement pas pourquoi la pensée intervient, ou pourquoi elle ne devrait pas intervenir. Je sais qu'elle intervient et je me dis « Pourquoi ? ». Ne dois-je pas prendre le temps de le découvrir ? Ne dois-je pas faire le tour de la chose en pensée, rendre mon esprit tranquille, au lieu de toujours jeter des mots en l'air ? Ne me faut-il pas précisément découvrir par moi-même pourquoi la pensée intervient ? En fait, je n'y ai jamais réfléchi. C'est la première fois que je me demande pourquoi la pensée intervient. J'attends.

☆ *Est-ce une affaire de temps ?*

★ Non. Je n'attends pas en vue de découvrir la réponse. En réalité, je ne sais pas.

☆ *Est-ce que la pensée intervient ?*

★ Oui, monsieur, elle intervient vraiment. Donc, comment découvrir la vérité en la matière — la vérité infaillible et non une opinion ; non la vérité selon Jung, Freud, les Mahatmas, les gourous ? Je veux simplement savoir pourquoi la pensée intervient. Et, ne le sachant pas, je deviens silencieux. Mon corps, mes nerfs, mon esprit, mon cœur — tout est silencieux, parce que je ne connais réellement pas la réponse.

22 avril 1965.

II

Nous disions l'autre jour combien il importe d'être sérieux, d'être attentif à tout ce que nous faisons, en particulier en des matières qui concernent les perceptions et les compréhensions les plus profondes. Je pense qu'on ne doit pas seulement comprendre les mots et leur signification, mais encore aller au-delà des mots, des explications et des concepts intellectuels. Nous vivons au moyen de formules, et il est très difficile de se libérer d'une idéation, d'un concept. Si l'on veut comprendre la totalité de l'existence, on ne doit pas seulement comprendre le sens des mots, mais aussi se rendre compte que le mot n'est pas la chose. Le mot n'est jamais la chose, mais, pour la plupart d'entre nous, le mot *est* la chose, en sorte que la communication devient plutôt difficile.

Nous disions aussi que vivre veut dire traiter la vie comme un tout, et non d'une manière fragmentaire. En fait, nous traitons la vie par fragments : intellectuellement, émotionnellement, sensuellement ou d'une manière purement sensorielle. Il n'y a pas d'approche totale de la vie. Par vie, nous entendons, non seulement gagner de l'argent, satisfaire quelques appétits sexuels et quelques désirs sensoriels de surface, mais encore quelque chose de plus profond, de plus vital, de plus important. Pour vivre de cette manière, on doit aborder la vie comme une chose totale. Ce n'est pas possible quand nous vivons en compartiments, essayant de résoudre les problèmes d'une façon fragmentaire, ou aussi longtemps que nous abordons la vie en mettant notre volonté en action.

La volonté est le résultat du désir intense. Le désir surgit naturellement et inévitablement lorsqu'il y a contact,

sensation et perception. Nous nous étions demandé ce qui donne au désir sa continuité et son intensité. Quelqu'un a suggéré que c'était la pensée. Le désir acquiert une continuité quand la pensée intervient ou s'identifie avec lui. Pourquoi s'identifie-t-elle, pourquoi intervient-elle et pourquoi ne devrait-elle pas intervenir ? C'est ce dont nous allons discuter aujourd'hui.

En vivant en ce monde, non dans un monastère, une tour d'ivoire, un domaine isolé ; en vivant en ce monde, poursuivant nos activités quotidiennes, est-il possible de vivre sans effort ? L'effort suppose la volonté, et la volonté est le produit de la contradiction. A moins que nous ne comprenions toute cette question du désir, sans le réprimer, le renier, le transcender ou essayer de le maîtriser et de le pousser dans une certaine direction, il ne nous sera pas possible de résoudre nos problèmes complètement.

☆ *Je crois que, quand vous vous servez du mot « désir », vous entendez par là le sentiment d' « avoir besoin de ». Vous dites que nous voyons quelque chose ; qu'il y a contact, et puis sensation.*

★ Il n'est pas question de ce que je dis, monsieur. C'est ce qui se passe, n'est-ce pas ?

☆ *Eh bien, non ce n'est pas mon avis.*

★ Comment le désir surgit-il ? Comment prend-il naissance ?

☆ *Il surgit du souvenir de la sensation.*

★ Continuez, monsieur. Poursuivez, creusez profondément.

☆ *Je ne connais pas réellement la source du désir originel. Tous mes désirs apparemment sont là ; ils sont apparus antérieurement.*

★ Presque tout ce que nous faisons est le résultat de l'effort. Nous faisons des tentatives, nous luttons, nous nous adaptons, nous faisons des compromis ; et en cela il y a

toujours effort. Est-il possible de vivre sans effort, spontanément et d'être cependant intensément actif — avoir toutes ses facultés accrues et vivre complètement, mais non pas végéter ? L'effort implique une dissipation d'énergie. Quand toute l'énergie est concentrée, sans effort, et qu'il n'y a de mouvement dans aucune direction, alors cette énergie explose et cette explosion est création.

☆ *Quand on s'intéresse à quelque chose, aucun effort n'intervient.*

★ Alors, comment peut-on être totalement intéressé ? Je ne m'intéresse à rien. L'intérêt peut-il être éveillé ? Cela pose un problème, n'est-ce pas ? La vie est une routine, un ennui, elle est remplie d'une lutte, d'une bataille constante. Tous nos rapports créent des tensions. Nous tombons dans des habitudes superficielles et mécaniques, et, simplement, nous continuons consciemment aussi bien qu'inconsciemment. Comment un être humain peut-il rompre avec cette existence mécanique et faire de sa vie quelque chose de créateur ? Pour le découvrir, on doit assurément chercher comment se dissipe l'énergie. Car il faut une énergie énorme, une énergie sans mouvement, pour que quelque chose de neuf, une explosion se produise. Je dois donc découvrir comment l'esprit dissipe l'énergie.

Les anciens ont dit qu'on gaspillait de l'énergie en étant mondain, en étant sensuel. En conséquence, on quitte le monde, on le considère comme illusoire et on se retire dans un monastère, où l'on est exercé, contrôlé, asservi et refréné. Ou bien on accepte le monde tel qu'il est et on mène une vie très superficielle, sans accorder d'intérêt à aucune des choses les plus vastes et les plus profondes. S'évader de la vie dans un monastère, un concept religieux ou une consécration religieuse à un idéal, c'est encore un gaspillage d'énergie, parce que cela engendre le conflit. Le conflit, à quelque niveau que ce soit, qu'il soit physique, émotionnel ou intellectuel, c'est l'essence du gaspillage de l'énergie.

Est-il possible de mettre un terme à *tout* effort ? La volonté ne le peut pas. Si j'exerce ma volonté pour mettre un terme à l'effort, il y a de nouveau bataille. Cet exercice même de la volonté engendre le conflit. La vie sans effort

est la seule vie créatrice. Pour vivre une vie de cette sorte, on doit comprendre la structure du désir, parce que le désir engendre le conflit des opposés, la dualité, le besoin et le non-besoin ; le plaisir et le non-plaisir. On doit découvrir comment le désir surgit, à sa source même. On doit comprendre le fondement et toute la structure du désir, sans le réprimer, le transmuer, sans essayer de le maîtriser, ni de le façonner.

Nous voyons que la pensée donne au désir forme, continuité et vitalité. Pourquoi la pensée interfère-t-elle avec le désir de cette manière ? Je vois quelque chose de beau : une femme, une voiture, une maison. Le désir commence et la pensée lui donne une durée. Si la pensée n'interférait pas avec lui, le désir parviendrait à un terme. Vous le savez, si vous en avez fait l'expérience. Ce que nous craignons, c'est la fin de quelque chose, n'est-ce pas ? Si le désir prenait fin, s'il n'avait pas de continuité, qu'arriverait-il ? Le temps est ici impliqué. Parce que nous avons peur d'arriver au terme de toute chose, nous recourons au temps, non pas au temps chronologique, mais au temps psychologique, qui n'est pas un fait, mais qui est inventé par l'esprit. Pour nous, le temps est devenu extraordinairement important. Si l'on était réellement devant le fait que, psychologiquement, il n'y a pas de lendemain, on en serait horrifié.

☆ *Ne serait-ce pas aussi que nous nous servons de notre pensée pour nous situer ? Nous sommes si incertains, au sujet du point où nous nous trouvons, qu'ayant notre pensée dans le passé nous pouvons nous situer là et nous sentir plus en sécurité.*

★ Cela revient au même, sûrement. Nous nous accrochons au temps. La pensée, qui donne une durée au désir, est le prolongement de nous-même, de notre désir, de notre futur.

☆ *Le sentiment que nous* sommes *la même personne que nous étions un moment auparavant est si enraciné, et si automatique, que je ne vois pas comment on pourrait y échapper.*

★ Posons la question différemment. Nous voyons que notre vie quotidienne est mécanique, qu'elle se répète, avec de faux désirs, de fausses activités et de fausses habitudes. Un être humain peut-il s'évader de tout cela et se retrouver dans un état de fraîcheur à chaque instant, à chaque minute de la journée ? C'est la vraie question, n'est-ce pas ? Comment peut-on en arriver là ?

☆ *Il nous faut voir qu'en réalité nous vivons vraiment d'une manière mécanique.*

★ Si nous voyons que notre vie *est* mécanique, que nos plaisirs, nos douleurs et nos angoisses ne sont que répétition, comment mettre un terme à tout cela ?

☆ *Parfois cela s'arrête, mais pour repartir.*

★ Je ne pense pas que cela s'arrête parfois, et reparte.

☆ *Si nous continuons à être lucides chaque jour, ne pensez-vous pas que nous commençons à nous éloigner de l'esprit conditionné ?*

★ Cela signifie que vous considérez le temps comme un moyen de détruire le processus mécanique.

☆ *Oui.*

★ Si l'on y parvient finalement par de lents degrés, en étant lucide, en se libérant du conditionnement, cela suppose du temps. On compte sur le temps comme un moyen de mettre un terme à cette manière mécanique de vivre.

☆ *Sauf que je sens que cela nous met dans une autre dimension du temps. Ce n'est pas la dimension du temps propre à l'esprit conditionné. Mais, j'en conviens, c'est encore un temps.*

★ Je ne sais pas ce qu'est l'autre dimension du temps. Je puis l'inventer, spéculer à son sujet, je puis l'espérer ;

mais le fait réel c'est que je ne la connais pas. Je ne suis pas avec elle ; elle ne fait pas partie de moi. Il me faut la découvrir, y entrer. Je ne dois pas avoir recours au temps, car le temps suppose l'effort et la continuité. Le processus mécanique se poursuit indéfiniment. Est-il possible de vivre de telle manière qu'il n'y ait pas de demain ? Intérieurement, psychologiquement, ce que nous désirons, c'est la continuité du plaisir, du plaisir qui a un lendemain.

☆ *La conviction subconsciente que c'est nous qui souffrirons ou aurons du plaisir dans le moment qui va suivre est si forte que je ne sais pas s'il est possible de faire ce que vous dites.*

★ Il n'est pas question de « Faites ce que *je* dis », mais de « Voyez ce qui se passe », monsieur.

☆ *Monsieur, peut-on se libérer psychologiquement de demain alors qu'on vit sous la loi naturelle ? En d'autres termes, il fait jour, puis il fait nuit ; il y a de la lumière, puis l'obscurité. Cela pénètre très profondément en nous, sûrement, plus profondément même que l'esprit conditionné.*

★ Je ne vous comprends pas tout à fait, monsieur.

☆ *Comment est-il possible d'être libre du désir, de l'attente du lendemain et de la continuité du temps, puisqu'on vit sous la loi naturelle du jour et de la nuit, des ténèbres et de la lumière ? Tout cela nous fait prendre conscience du temps.*

★ Est-ce que la succession de la nuit et du jour nous fait prendre conscience du temps ?

☆ *Cela nous fait seulement prendre conscience du* changement *et non du temps.*
☆ *— Je vois que cela ne nous rend pas nécessairement conscients du temps.*

★ Je me tourne vers demain parce que je vais en jouir.

Penser à demain me donne du plaisir. Je vais rencontrer quelqu'un — toute la ronde du plaisir.

☆ *Mais il se peut que je ne me réjouisse pas de demain. Je puis penser à quelque chose dont je serais effrayé.*

★ Si j'ai peur de demain, c'est la même chose.

★ *Comment puis-je avoir peur de demain si je ne sais pas ce que sera demain ?*

★ Vous avez sûrement quelque peur du lendemain, la peur de la mort, de ne plus être, de perdre un emploi, la peur que votre femme ne parte. Nous connaissons très bien aussi le plaisir créé par les pensées se rapportant à demain.

☆ *D'après ce que disait ce monsieur au sujet de la loi naturelle, nous sommes comme un poisson rouge dans un bocal. Nous sommes si entourés par des choses qui nous font continuellement penser au temps, qu'il nous faut le prendre en considération constamment. Même notre attitude est une habitude, et la manière dont nous assurons notre équilibre. Il semble plutôt difficile de séparer le temps psychologique du temps réel, du temps de l'horloge et du processus naturel de vie de notre propre corps.*

★ Très bien, monsieur. Considérons de nouveau la question différemment. Qu'est-ce que l'acte d'apprendre, le moment où l'on apprend ? Qu'est-ce que l'acte de voir et l'acte d'écouter ? Quand vous écoutez, écoutez-vous dans le cadre du temps ? Ecoutez-vous avec des concepts, des formules, des idées, ou simplement écoutez-vous ? Ce bruit de la circulation qui règne dehors, comment l'écoutez-vous ? L'écoutez-vous avec irritation, avec des souvenirs, avec aversion, ou ne faites-vous qu'écouter ? Quand vous voyez, voyez-vous dans le cadre du temps ou hors du temps ? Voyez-vous seulement avec vos yeux quand vous regardez votre femme ou votre mari ; ou quand vous vous regardez dans un miroir ? Ou regardez-vous aussi dans le cadre du temps, avec dégoût, désespoir, dépression ou avec quelque autre réaction basée sur la mémoire ?

☆ *Vous avez posé une question au sujet de l'acte d'apprendre, mais je ne pense pas qu'en fait* nous apprenions. *Nous essayons d'introduire le temps dans l'affaire. Nous regardons dans le miroir et nous voyons davantage de cheveux gris. Nous les comparons avec le nombre de ceux qui étaient visibles hier, et nous découvrons que nous vieillissons. C'est là la manière dont nous apprenons, mais je ne pense pas que ce soit réellement apprendre.*

★ Alors, qu'est-ce qu'apprendre ?

☆ *Je pense que c'est voir sans faire intervenir le temps.*

★ Ne spéculez pas à ce propos ! Qu'est-ce qu'apprendre ? Quand apprenez-vous ?

☆ *Quand vous prenez conscience de votre conditionnement.*

★ Quand apprenez-vous ? Je vous en prie, ne répondez pas immédiatement. Simplement, examinez la chose. Qu'est-ce que l'acte d'apprendre ? Dans quel état se trouve l'esprit quand il apprend ?

☆ *Voulez-vous dire qu'apprendre est distinct de voir ?*

★ Pour moi, voir et apprendre, c'est la même chose.

☆ *C'est l'état d'expérience.*
☆ *Etre ouvert.*
☆ *Par la concentration. Etre ardent à découvrir.*

★ Quand apprenez-vous ? Apprendre est différent de connaître, n'est-ce pas ? Accumuler du savoir, n'est pas apprendre. Du moment que j'ai appris, cela devient savoir. Après que j'ai appris, j'y ajoute davantage. Ce processus d'addition, nous l'appelons apprendre, mais ce n'est qu'accumuler du savoir. Je ne suis pas opposé à l'accumulation du savoir, mais nous essayons de découvrir en quoi consiste l'acte d'apprendre. L'esprit n'apprend réellement

que lorsqu'il est dans un état de non-savoir. Quand je ne sais pas, j'apprends. Dès l'instant où j'ai appris, ce que j'ai appris prend place dans le temps ; il devient savoir et, à partir de ce savoir, je fonctionne. Puis-je aussi fonctionner dans l'acte d'apprendre ?

☆ *Je pense que quelquefois on dit à la légère qu'on ne sait pas, mais ce n'est pas la chose réelle. Je peux dire que je ne sais pas, mais c'est quelque chose d'autre que de percevoir que c'est réellement un fait.*

★ On peut apprendre seulement lorsqu'il y a une réelle terminaison.

☆ *Pourquoi ne serait-ce pas la chose réelle ?*

★ Monsieur, qu'essayons-nous de découvrir ? N'essayons-nous pas de découvrir, non pas verbalement ou théoriquement, mais réellement et effectivement, s'il est possible de vivre en ce monde dans une dimension différente en laquelle aucun effort d'aucune espèce n'intervienne. Cela signifie vivre à un niveau où aucun problème n'existe ; ou tel que, si un problème surgit, on y fait face si complètement que, la minute suivante, il a cessé d'exister. Nous pouvons continuer à dévider beaucoup de théories, mais ce serait par trop stupide et infantile. Pour découvrir quelque chose, je dois mettre un terme à toutes les choses que j'ai connues, ou ne pas leur permettre d'intervenir. Je dois apprendre comment mettre un terme à quelque chose, et cette terminaison ne peut se faire que dans un état d'énergie totale.

☆ *Voulez-vous dire quelque chose de plus qu'oublier ?*

★ Bien sûr. Oublier, c'est très simple.

☆ *Pourriez-vous rendre un peu plus clair ce que vous entendez par terminaison ?*

★ Voyons, monsieur, c'est très simple. Avez-vous jamais fait l'expérience de mettre un terme à un plaisir ?

☆ *Oui.*

★ Sans effort ?

☆ *Oui.*

★ Sans aucune forme de restriction, sans savoir ce qui arriverait ensuite ?

☆ *Oui, j'en avais assez.*

★ Oh ! non. Pas en avoir assez ! Prenez l'habitude particulière qui vous est agréable, que ce soit vos habitudes sexuelles, celle de fumer, de boire, l'ambition ou quelque chose d'autre. Mettez-y un terme sans combat, sans savoir ce qui va arriver ensuite. Prenez, par exemple, l'habitude de fumer. Mettez-y un terme immédiatement, sans invoquer des arguments rationnels, sans craindre les dangers que le fait de fumer peut présenter pour vous, le genre de cancer dont vous allez souffrir si vous continuez de fumer. Mettez un terme à l'habitude.

☆ *Pendant que vous y prenez encore plaisir ?*

★ Pendant que vous y prenez encore plaisir, naturellement. (*Rires.*) Comment peut-on parvenir au point où, tout en jouissant complètement de quelque chose, on y met un terme ?

☆ *Si l'on reste inactif alors qu'on aurait normalement entrepris quelque action pour satisfaire le désir et que, au lieu d'entreprendre cette action, on se borne à observer le désir...*

★ Comment l'observez-vous ? Je vous en prie, ne théorisez pas. Dès le moment où vous vous mettez à théoriser, vous devenez incapable d'avancer. Prenez un plaisir particulier dont vous jouissez. Il vous donne du bon temps. Pourquoi devriez-vous y mettre un terme ?

Finalement, ce plaisir qui se répète devient mécanique.

Vous le prenez en dégoût, et vous vous saisissez d'un autre plaisir dont vous jouissez jusqu'à ce que, lui aussi, vous le preniez en dégoût.

☆ *Vous ne voudriez pas l'abandonner à moins que vous ne voyiez qu'il vous rend esclave.*

★ Je ne désire pas abandonner quoi que ce soit. Je vois que la vie est terriblement mécanique : plaisir et douleur, et l'ennui avec la douleur et le plaisir. M'ennuyant, j'essaie de prendre pour moyen d'évasion le temple, l'église, la méditation, les maîtres ou la poursuite du savoir. Tout cela n'est qu'une tentative pour échapper au processus mécanique de l'existence.

Je ne désire pas théoriser. Je désire découvrir si l'on peut réellement vivre d'une manière différente qui ne sera pas mécanique. Comment est-ce possible? Le seul moyen, autant que je puisse m'en rendre compte présentement — je pourrai changer d'avis en approfondissant la question — c'est de faire cesser tout gaspillage d'énergie ; car, pour mettre un terme à quelque chose, il faut une énergie énorme. Pour écouter, il faut de l'énergie. Voir, sans intervention de la pensée, ni de notre conditionnement, sans préjugé, voir vraiment, c'est le fait de l'énergie totale. Pour écouter le passage de cette voiture, cela nécessite une attention avec laquelle rien n'interfère ; et, être complètement attentif, cela exige une grande énergie. L'attention totale demande de l'énergie, pas seulement nerveuse mais aussi mentale.

Présentement, je dissipe de l'énergie. Comment puis-je mettre, sans effort, un terme à cette dissipation ? Dès que je fais un effort pour la faire cesser, cela engendre d'autres formes de contradiction, un autre gaspillage. L'esprit se rend compte qu'il doit arrêter le gaspillage d'énergie. Comment y parvenir ?

☆ *Je vois que, par lui-même, l'esprit en est incapable. A moins que, dans ma totalité, je ne sois convaincu, je ne sache, ne voie et ne comprenne que c'est nécessaire, je ne parviendrai pas à y mettre un terme.*

★ L'esprit lui-même, qui est le résultat du temps, ne

peut arrêter ce gaspillage, car l'esprit est fait de préjugés, d'idiosyncrasies, de tempéraments et d'expérience. L'esprit lui-même, qui se sert du temps, se gaspille. En conséquence, il ne peut pas opérer, il ne peut pas mettre un terme à la dissipation de l'énergie. Quand vous écoutez, regardez ou lisez, vous servez-vous seulement de votre esprit ou vous servez-vous de tout votre être ; l'esprit, l'intellect et les émotions ?

☆ *Une prise de conscience totale.*

★ Est-ce qu'une prise de conscience totale, une attention totale, une intensité totale sont à l'œuvre quand on écoute ? De toute évidence, on n'écoute jamais tout le temps de cette manière. Il y a des moments où on est complètement attentif, complètement conscient, mais il y a des lacunes, de longues périodes de temps pendant lesquelles on n'est pas attentif, on n'est pas conscient d'une manière aussi complète. Que peut-on faire ? On dit généralement : « Comment peut-on être constamment lucide ? » Je pense que c'est une fausse question, une exigence sans fondement. Ce qu'on doit faire, c'est être attentif à l'inattention. Parce que c'est l'inattention qui engendre les problèmes et le conflit, et *non pas* l'attention.

☆ *Quand il n'y a pas d'attention, qui est là pour être attentif ?*

★ Quand il n'y a pas d'attention, qui est là pour être attentif à cette inattention ? C'est la question. Quand vous êtes attentif, quand vous écoutez, quand vous apprenez, quand vous regardez, y a-t-il une entité qui observe ? Pendant que vous écoutez l'orateur, découvrez ce qu'il en est. Quand vous accordez votre attention complète, avec votre corps, votre esprit, vos nerfs, vos yeux, y a-t-il un observateur, un censeur ?

☆ *Non.*

★ C'est seulement quand vous êtes inattentif que la chose s'introduit. L'inattention engendre des problèmes, et les

solutions à ces problèmes sont néanmoins recherchées dans l'inattention. Si quelqu'un a un problème, et s'il « écoute » silencieusement le problème, c'est-à-dire s'il y est attentif complètement, totalement, sans chercher à y trouver une réponse, sans le rationaliser, sans essayer de s'en évader, mais s'il vit totalement avec le problème, alors il verra qu'il n'y a pas de problème du tout. Le problème surgit seulement lorsqu'il y a inattention.

☆ *Il est des plus probables, je pense, que cette forme d'attention exige une énergie énorme.*

★ Oui.

☆ *C'est vrai. Je ne puis me trouver dans cette forme d'attention, si ce n'est pendant un moment. Je la perds. Je ne peux pas renouveler cette attention.*

★ L'attention ne peut pas être renouvelée.

☆ *Durant ces moments d'attention on voit qu'il y a quelque chose là tout le temps.*
☆ — *Le problème, comme vous le dites, est qu'il nous faut avoir une attention stricte afin de conserver nos forces, cependant il semble qu'il y ait continuellement quelque chose autour de mon esprit. La raison pour laquelle je n'ai pas cette attention totale, ce n'est pas que je ne puisse pas l'avoir, c'est que je ne le* désire *pas. Voilà mon problème.*

★ Alors, *continuez* à en faire votre problème. (*Rires.*) Avec la manière dont nous vivons, la vie est remplie de problèmes, n'est-ce pas ? Et, si vous l'aimez ainsi, vivez avec elle. Continuez avec elle. Supportez la peine et le désespoir, la peur totale qu'est votre vie.

☆ *Non, ce n'est pas exactement cela. Je voulais dire que j'avais peur de ce que pourrait faire cette attention totale. Il y a cette explosion d'énergie.*

★ Mais, monsieur, vous ne pouvez pas avoir peur de quelque chose que vous ne connaissez pas.

☆ *Très bien, c'est un fait qu'on ne peut pas, mais il* est *possible de choisir.*

★ Donc vous dites : « Je ne peux pas être totalement attentif parce que j'ai peur. »

☆ *Exactement.*

★ Il nous faut en conséquence examiner la peur, et non la manière de se débarrasser de la peur, tous les concepts intellectuels et toutes les évasions. Qu'est-ce que la peur ? Essayez ceci avec moi : l' « écouter » *complètement*, lui donner votre pleine attention. Vous ne pouvez pas donner votre pleine attention si votre corps n'est pas complètement détendu, si votre esprit n'est pas complètement tranquille. Physiquement, émotionnellement et mentalement, il doit être complètement au repos. Psychologiquement aussi, si l'on veut écouter, une tranquillité est nécessaire. « Ecoutez » cet état. Qu'écoutez-vous : une explication, une série de mots, ou la chose dont vous avez peur ? Si vous écoutez de cette dernière manière, y a-t-il une peur ? Vous pouvez « écouter » les impulsions inconscientes de la peur, n'est-ce pas ? Et alors *est-ce* qu'il y a peur ?

Prenons la peur de la solitude, ce sentiment d'isolement. Bien qu'on puisse être en rapport avec beaucoup de gens et avoir un grand nombre d'amis, on éprouve un sentiment de complète solitude. On le sait, et c'est probablement la cause majeure de la peur. Pour « écouter » ce sentiment de solitude, le « voir », le « toucher », et apprendre à son sujet, on doit avoir une immense énergie, une énergie qui ne soit pas disciplinée. Il n'y a pas de rationalisation, pas d'explication. Dans cet état d'être à l'écoute, l'esprit est complètement immobile en ce qui concerne cette solitude. Si l'on est à ce point attentif et qu'on apprenne au sujet de ladite solitude, il n'y a pas d'entité accumulant des connaissances à son propos. Il n'y a pas l'observateur et la chose observée. C'est la plus difficile des choses. Cette contradic-

tion, cette division en observateur et en chose observée crée le problème du conflit. Est-il possible de regarder quelque chose si complètement que l'observateur soit absent ?

Qu'est-ce que la communication ? Comment communiquez-vous ? Si l'on veut être compris, les mots et les gestes sont nécessaires. S'il doit y avoir communication, à la fois la personne qui parle et celle qui reçoit la communication doivent être dans un certain état d'intensité. Dans cet état d'intensité, il n'y a pas une personne qui écoute et celle qui parle. Il n'y a que l'acte d'écouter. Dans cet état l'esprit est en communion. La communion implique un espace.

Un esprit qui a des problèmes est un esprit obtus ; et un esprit obtus ne peut absolument pas être attentif. Quand un problème surgit, seul un esprit qui est attentif, intense, en état d'apprendre, d'écouter, peut y faire face, le dissoudre et continuer son chemin. Comment un esprit qui a tant de problèmes peut-il en affronter de nouveaux ? Il y a le problème de la mort, le problème du temps, de l'espace, le problème des rapports, le problème de vivre et de gagner sa vie, les problèmes de la maladie, de la santé et de la vieillesse. Comment l'esprit peut-il faire face à tous ces problèmes d'un coup, et non pas un par un, mais en affronter l'ensemble d'un coup, sans effort ? Avec notre manière présente de les affronter, tous nos problèmes sont fragmentaires. Il y a le problème de la peur, le problème de l'ennui, le problème du plaisir — une multitude de problèmes, qui viennent l'un après l'autre. Y a-t-il une manière d'affronter *tous* ces problèmes, non pas séparément, mais en bloc ? Si je traite chaque problème séparément, chacun d'eux va prendre du temps ; en conséquence, je dois donc comprendre le temps.

☆ *Si nous pouvons traiter tous les problèmes à la fois, cela implique qu'ils ont une racine commune.*

★ C'est partiellement juste.

☆ *Si vous vivez dans le présent, vous n'avez qu'un problème à la fois. En fait, tous les problèmes se fondent en un seul problème.*

★ Les existentialistes disent : « Vivez dans le présent. » Que veut dire vivre dans le présent, le présent actif ?

☆ *Cela signifie que le passé ne doit pas vous en détourner.*

★ Approfondissez un peu plus la question, monsieur. Comment puis-je vivre dans le présent alors que je suis le résultat du passé et que je me sers du présent comme d'un moyen pour atteindre le futur ? Cela signifie que je dois rassembler la totalité du temps, le passé, le présent et le futur, dans le présent. Pour qu'on puisse vivre dans le présent, il faut que le temps s'effondre.

☆ *Je dirais, monsieur, que c'est la perception directe, sans que l'on tente de faire quoi que ce soit à son propos.*

★ Oui, madame, mais voyez l'immense difficulté. Comment le temps va-t-il s'effondrer ? Comment l'espace peut-il s'effondrer ? Comment la distance entre ici et la Lune peut-elle s'effondrer ? Ne dites pas : « Eh bien, si je suis attentive, elle s'effondrera. » Ce n'est pas la réponse. Quand nous disons : « Vivez dans le présent », ce doit être quelque chose d'extraordinaire. Du fait que je suis le résultat de deux millions d'années, mon esprit, mon cerveau et mes habitudes, tout cela appartient au temps. Vous me dites de vivre dans le présent. Je vous demande ce que vous *entendez* par là. Comment puis-je vivre dans le présent alors que j'ai une immense histoire derrière moi qui, à travers le présent, me pousse dans le futur ? Comment puis-je vivre dans le présent avec le passé ? Je ne peux pas. Par conséquent il doit y avoir un effondrement du temps. Le temps doit parvenir à un terme ; le temps doit s'arrêter.

☆ *Je sens que je vis dans le présent quand je n'ai pas de souvenirs, quand je suis là simplement ; à ces moments où j'ai une expérience.*

★ Oui, mais ces moments surgissent et s'en vont. Ce n'est pas suffisant. Nous avons eu tous de ces moments où le temps n'a aucune espèce de sens.

☆ *On perçoit la corrélation de tous les problèmes et alors une action surgit de cette perception.*

★ Qu'entendez-vous par action ? Est-ce faire, être, fonctionner, penser, agir ? Est-ce que l'action signifie se lever, aller à son travail, et tout ce qui s'ensuit ? Une telle action est basée sur le passé, sur une idée, sur la mémoire. Pour nous, l'action est en rapport avec le temps. Nous essayons de forcer toute chose à s'ajuster dans le temps. Découvrir le présent, vivre et agir dans le présent, tout cela exige que l'on comprenne le temps et qu'on y mette un terme.

☆ *L'effondrement du temps doit signifier l'effondrement de l'entité ?*

★ Oui, monsieur, l'effondrement de l'entité.

☆ *Voudriez-vous expliquer comment il se fait que le passé et le futur nous paraissent toujours tellement plus intéressants que le présent ?*

☆ La dame désire savoir pourquoi le passé et le futur sont beaucoup plus intéressants que le présent. C'est assez évident. (*Rires.*)

☆ *Eh bien, puis-je vous poser cette question : « Pourquoi est-il si difficile d'affronter le présent ? »*

★ C'est ce que nous essayons de découvrir.

☆ *Je veux dire, on peut être dans un milieu où l'on se trouve en sécurité, mais il reste difficile de faire face au présent.*

★ Si nous comprenons réellement quelque chose, si nous voyons quelque fait vraiment, alors ce fait même, cette observation même entraîne sa propre action. Je n'ai pas à chercher comment agir. Ce que nous essayons de trouver, ce que nous essayons de découvrir, c'est s'il est vraiment possible de vivre dans le présent.

☆ *N'est-il pas impossible de n'y* pas *vivre ? C'est le seul lieu où nous* puissions *vivre.*

★ Voilà une *idée,* monsieur. Tous mes actes sont basés sur des idées, sur une formule, une expérience, un savoir — toutes choses qui appartiennent au passé. Je ne connais pas d'action qui ne soit reliée au temps. Alors quelqu'un survient et me dit de vivre dans le présent. Je lui réponds : « Qu'entendez-vous par là ? Comment puis-je vivre dans le présent ? » Si c'est une théorie, c'est sans valeur ; cela n'a aucune espèce de signification. Pour me rendre compte de ce que cela signifie, je dois découvrir et comprendre ce qu'il en est du temps, devenir complètement conscient du temps — du temps comme espace, du temps comme distance, du temps comme accomplissement graduel ; de l'emploi du temps comme moyen de se débarrasser de quelque chose ou d'obtenir quelque chose. Pour qu'on puisse vivre dans le présent, cette manière de penser, cette manière de voir, cette manière de vivre doivent s'effondrer. Mais tout mon être, conscient aussi bien qu'inconscient, *est* tissé avec les fils du temps. Comment l'esprit peut-il en sortir ?

☆ *Toutes les images de nous-même doivent s'écrouler.*

★ C'est une idée, monsieur. Ce n'est pas un fait.

☆ *Le fait est que je n'en connais pas assez.*

★ Vous n'avez pas le *temps* d'en connaître assez.

☆ *Mais chaque fois que je pense, je me vois en train de créer du temps. Chaque moment pendant lequel je ne suis pas pleinement attentif, ce qui a lieu pratiquement tout le temps, l'horloge continue de tourner.*

★ Oui, monsieur.

☆ *Ainsi, durant toute ma vie, je crée du temps.*

★ Comment allez vous y mettre un terme ?

☆ *Tout ce que je peux faire, c'est arrêter arbitrairement ma pensée.*

★ Sûrement pas. La question c'est : le temps peut-il s'effondrer ? Vivre dans le présent signifie qu'il n'y a pas de lendemain. Cela signifie qu'il y a un terme au plaisir, à la peine, à la douleur, non pas demain, mais tout de suite. On ne peut pas vivre dans le présent avec la douleur, le désespoir, l'espoir, l'ambition. On doit parvenir à ce terme du temps, à cet arrêt ou effondrement du temps, non pas directement mais d'une manière différente. On doit y parvenir négativement. On ne sait pas ce que la fin du temps signifie. On doit donc y parvenir en prenant conscience de la manière dont l'esprit pense, de la manière dont, positivement ou négativement, l'esprit se sert du temps comme d'un moyen de réaliser ses projets.

Il y a aussi la question de la paix. Comment peut-on être paisible, non pas théoriquement, non pas à titre d'idéal à réaliser, mais réellement ? Comment se sentir une âme paisible s'il y a des guerres, des luttes, des querelles ? Tout en ce monde est fondé sur la violence. Pour que la paix puisse être, il ne peut pas y avoir de lendemain.

Les savants approfondissent la question de cet effondrement de l'espace, qui est l'effondrement du temps, parce que les fusées mettraient tellement de mois ou d'années pour atteindre Mars. Il se pourrait qu'il y eût une manière d'atteindre Mars plus vite. Ceci implique des choses immenses. Est-ce qu'un esprit comme le nôtre, qui a été accoutumé au temps, qui a vécu de cette manière pendant deux millions d'années, pourrait s'effondrer soudainement ? Pouvons-nous éliminer les arguments interminables, les prises de conscience qui n'en finissent pas, les peurs et les espoirs ?

La prochaine fois, j'aimerais discuter la question de savoir s'il est possible d'arrêter le temps. Cet arrêt est peut-être création.

26 avril 1965.

III

La dernière fois que nous nous sommes rencontrés, nous avons parlé du temps mais, avant d'approfondir cette question, j'aimerais parler de la liberté et de l'ordre. Il semble que nous pensions que la liberté est une affaire de temps, de croissance et d'évolution ; que la liberté est une réaction. Comme nous devons vivre en société, le problème est alors de savoir si, dans la liberté, il peut y avoir néanmoins de l'ordre. Quand nous comptons sur le temps pour amener l'ordre, nous découvrons que, invariablement, il engendre le désordre. Notre société n'est pas ordonnée ; elle renferme en son sein tous les éléments de destruction et de violence. La structure de la société est fondée sur l'avidité, la compétition et l'ambition, avec tous les symptômes du désordre. Je pense que chacun accepte cela comme plus ou moins inévitable et vit dans ce cadre. Dans une telle société, la liberté ne peut exister ; et elle n'est pas non plus possible hors de cette société. Si elle n'est qu'une réaction, elle engendre le désordre, comme le fait le temps. Mais si nous comprenons la liberté, non comme quelque chose que l'on peut cultiver, non comme un processus, non comme une chose à obtenir, la liberté ainsi envisagée a un sens tout à fait différent. Pour comprendre cette question de liberté, on doit aussi comprendre la nature du temps, à la fois du temps physique et du temps psychologique.

Il faut accepter le temps physique. On ne peut pas faire autrement. Mais quand on compte sur le temps psychologique pour atteindre la liberté, la paix, on découvre qu'un tel temps ne fait qu'engendrer le désordre, car il n'est pas basé sur une structure de la réalité.

Ce dont nous discutons, ce n'est pas d'une théorie, d'un

concept, de quelque chose avec quoi on peut jouer intellectuellement. Nous nous occupons des faits. Dans une société telle que la nôtre, la liberté signifie désordre, car elle est conçue comme étant une réaction. Mais si on comprend la nature et la structure du temps, peut-être peut-on voir qu'il existe un genre de liberté qui n'est pas une réaction. Elle n'est pas une libération *de* quelque chose.

Il y a deux formes évidentes de temps : le temps physique ou chronologique ; et le temps qui est construit par la pensée, par la psyché, le temps psychologique. Nous ne nous occupons pas du temps physique, mais nous essayons de nous rendre compte si, par le moyen du temps psychologique, on peut obtenir la liberté et, par conséquent, l'ordre. Il est très important de se libérer de la peur. On doit comprendre la peur et en être totalement affranchi ; autrement, il ne peut y avoir structuralement aucun ordre, que ce soit extérieurement ou intérieurement. On doit comprendre non seulement la nature de la peur, mais voir également s'il est possible de s'en libérer immédiatement et non par le processus du temps. Si nous pouvons affranchir l'esprit, il se libérera lui-même de la peur. Nous nous sommes servis du temps comme d'un moyen par lequel l'esprit peut se libérer. Nous espérons nous libérer de la peur par un processus, que ce soit l'analyse, la discipline ou la compréhension. Nous nous servons du temps comme d'un moyen grâce auquel nous essayons de nous débarrasser de la peur, d'une habitude ou du poison du nationalisme. Est-ce possible ? Peut-on se libérer de la peur au moyen du temps, en se disant : « Je serai libre demain » ? Est-il possible d'être libre de la peur demain, que vous réduisiez ce demain à un jour, à une seconde, ou que vous le fassiez durer beaucoup d'années ?

Y a-t-il une manière totalement différente d'aborder le problème ? La peur, sous toutes ses formes, dénature les choses, engendre l'illusion, produit la confusion. C'est très destructif pour l'esprit d'être effrayé et de vivre dans un état de peur. Cela engendre toutes les formes d'illusion et de conflit. Est-il possible de se libérer de la peur totalement, complètement — non pas demain, mais dans ce « maintenant » qui ne fait pas partie du temps ? Peut-on comprendre la structure totale, la nature et la significa-

tion de la peur immédiatement, et en être libre sur-le-champ ? Sinon, on doit dépendre du temps pour libérer l'esprit de la peur. Cette dépendance à l'égard du temps, ce recours au temps, n'engendre que désordre. Qu'on craigne son voisin, des idées ou n'importe quelle forme de trouble social ou psychologique, cela engendre la peur et amène le désordre.

Est-il possible de se libérer de la peur, non seulement au niveau conscient, mais aussi aux niveaux plus profonds de la conscience ? Si l'on ne se libère pas de la peur, il ne peut y avoir de paix entre les nations, les races ou les continents. La paix n'est pas possible quand le monde est divisé, non seulement politiquement et économiquement, mais encore en ce qui concerne la religion. Si l'on veut comprendre ce qu'est la paix, réellement et non théoriquement — non comme une idée, comme quelque chose qu'on devrait poursuivre, comme un but qu'on devrait atteindre ou une directive selon laquelle on devrait vivre — on doit être en soi-même totalement en paix psychologiquement, n'avoir de conflit d'aucune sorte.

Toutes les religions ont maintenu que le temps est nécessaire, le temps psychologique dont nous parlons. Le Paradis est très loin, et l'on ne peut y parvenir que par le processus graduel de l'évolution ; en se réprimant ; par croissance ou par identification avec un objet, avec quelque chose de supérieur. La question que nous nous posons est de savoir si l'on peut être libre de la peur immédiatement. Autrement, la peur engendre le désordre ; et, invariablement, le temps psychologique engendre en chacun de nous un extraordinaire désordre.

Je mets en question toute l'idée d'évolution, non de notre être physique, mais de la pensée qui s'est identifiée avec une forme particulière d'existence dans le temps. De toute évidence, le cerveau a dû évoluer pour en arriver à son présent stade, et il peut évoluer encore davantage, se dilater encore plus. Mais, en tant qu'individu humain, j'ai vécu quarante ou cinquante ans dans un monde fait de toutes sortes de théories, de conflits et de concepts ; dans une société où l'avidité, l'envie et la compétition ont engendré des guerres. Je fais partie de tout cela. Pour un homme qui est dans la douleur, cela n'a pas de sens de compter

sur le temps pour une solution, en évoluant lentement, en tant qu'être humain, pendant les deux millions d'années à venir. Constitués tels que nous sommes, nous est-il possible d'être libres de la peur et du temps psychologique ? Le temps physique existe, vous ne pouvez pas en sortir. La question est de savoir si le temps psychologique peut amener non seulement de l'ordre dans l'individu, mais aussi un ordre social. Nous faisons partie de la société ; nous n'en sommes pas séparés. Quand l'ordre existera dans l'être humain, il y aura inévitablement un ordre social à l'extérieur.

☆ *Est-ce que la base de la peur n'est pas le besoin inconscient d'être libre du conflit ?*

★ Monsieur, on peut assez facilement trouver la cause des peurs conscientes ou cachées en recourant à la psychanalyse, à l'observation, à l'introspection, à l'examen, ou en pénétrant très profondément en soi-même. Cela nous aidera-t-il à nous libérer de la peur ? En découvrant la cause de la peur, soit parce qu'on nous l'aura indiquée, soit parce que nous l'aurons découverte par nous-même, libérerons-nous notre esprit de la peur ? Il vaut mieux découvrir la cause de la peur par nous-même que de nous la faire indiquer par autrui. Découvrir la cause de la peur par l'analyse exige du temps, n'est-ce pas ? Et si l'on se sert du temps comme d'un moyen pour découvrir la cause de la peur, que fait-on réellement ? Quand on trouve la cause, qu'arrive-t-il ?

☆ *Rien.*

★ Exactement rien ?

☆ *Certaines sortes de découvertes au sujet de soi-même peuvent survenir comme une révélation. Cela peut être très dramatique, ne pas ressembler à quelque chose qu'on apprend.*

★ Oui, cela peut être très dramatique et tout ce qui s'ensuit, mais la peur subsiste encore. Voyez, monsieur, quel-

qu'un que j'aime vient à mourir. J'en suis terriblement bouleversé et j'appelle cela douleur. Je sais pourquoi je suis dans la douleur : c'est parce que j'ai perdu un ami. J'ai perdu quelqu'un que j'aimais beaucoup, et je me sens seul. Je suis soudainement privé d'un compagnon avec lequel j'avais coutume de discuter des choses qui me préoccupaient. Le fait de savoir tout cela me libère-t-il, libère-t-il mon esprit de la douleur ? S'il vous plaît, observez d'un peu plus près.

☆ *Sûrement, ce qui nous fait souffrir, c'est un sentiment de culpabilité, parce que nous n'avons pas été à la hauteur dans nos relations avec autrui.*

★ Oui, pas à la hauteur, repentant et tout ce qui s'ensuit.

☆ *Je continue d'y penser.*

★ C'est-à-dire que vous l'analysez, que vous y pensez, que vous l'examinez avec regret et repentance, avec le sentiment « Je souhaiterais que cela n'eût pas été ainsi ». Mais, à la fin de ce long voyage de découverte, est-on libre de la peur ou de la douleur ? Nous avons des explications : religieuses, psychologiques et sur le plan des faits. Nous délivreront-elles de la peur ?

☆ *On peut regarder le fait et en être conscient.*

★ Je sens qu'il y a une manière totalement différente de traiter ce problème. Elle doit exister. De la manière dont nous avons vécu, nous n'avons résolu *aucun* problème. Nous restons encore avec le problème de la peur, celui de la douleur, de l'anxiété. Nous continuons de vivre dans ce désordre, dans ce gâchis. Je sens qu'il y a une manière effective d'en sortir, si nous pouvons aborder toute la question différemment.

Je vois par moi-même que la simple découverte de la cause de la douleur n'y met pas un terme. Les explications, les regrets, la pensée « Je voudrais avoir mieux traité cet ami » — aucune de ces choses n'apporte de solution à ma douleur et n'y met un terme. Or, qu'ai-je fait ? En

examinant, en cherchant la cause, j'ai perdu du temps et de l'énergie. Alors que j'ai besoin d'énergie pour faire face à quelque chose que je ne comprends pas. Je vois que le temps, en tant que processus d'analyse, de recherche de la cause, ne fait qu'engendrer le désordre et dilapider l'énergie. Donc, je ne veux pas dissiper mon énergie en recherchant la cause. Je sais très bien que la cause est mon apitoiement sur moi-même. Je mets tout cela totalement de côté — l'explication, la cause, le regret, l'apitoiement sur moi-même — je renie tout cela et je le rejette totalement parce que j'en vois la stupidité. Cela n'a pas de sens.

☆ *En essayant de comprendre un problème, un sentiment ou une douleur quelconque, je vois cet état d'esprit.*

★ Voyez, messieurs, j'aimerais vous transmettre, vous dire quelque chose. Afin de comprendre ce que dit l'orateur, vous devez écouter. Vous ne devez pas seulement écouter les mots, mais vous devez également saisir le sentiment, la structure, la nature et la signification de ce qui se cache derrière les mots. Pour écouter, il vous faut être terriblement attentifs. Naturellement, vous avez vos propres idées, vos propres opinions, votre propre expérience ; pour l'instant, mettez-les de côté, ne les laissez pas intervenir et vous empêcher d'écouter. Cela ne veut pas dire, bien au contraire, que vous deviez accepter ce qui est dit. Vous n'êtes pas magnétisés ou poussés à accepter quelque chose différant totalement de vos propres idées. Vous écoutez simplement en vue de découvrir. Nous sommes en train de dire qu'il y a peut-être une manière totalement différente d'aborder le problème de la souffrance, ou de la peur. En vue de comprendre et de découvrir par vous-mêmes, non seulement vous écoutez l'orateur, mais encore vous vous servez de l'orateur — si je puis employer le mot « se servir » — pour voir soit la vérité soit la fausseté de ce qu'il dit. Il dit quelque chose de très simple, à savoir qu'on a consommé du temps pendant qu'on cherchait une explication, afin de découvrir la cause de la douleur, espérant par là s'en libérer. C'est ce qu'on a fait. Je dis que ce n'est pas de cette manière qu'on se libérera de la douleur.

Vous avez à découvrir ce qu'entend exprimer l'orateur,

ce qu'il veut dire. Par conséquent, il faut vous écouter. Il dit que, lorsque vous analysez, lorsque vous vous livrez à l'introspection, lorsque vous enquêtez sur les causes, c'est un gaspillage de temps et d'énergie. Or, pour faire face aux attaques de la peur ou de la douleur, il vous faut toute votre énergie, et, en conséquence, vous ne pouvez pas vous permettre de la dilapider dans la recherche des causes.

Je ne veux pas perdre une seconde de temps ou un iota d'énergie à me livrer à l'analyse ou à m'apitoyer sur moi-même. Je veux me libérer de la peur. Je vois ce qui se passe quand on a peur. Je vois comment la peur déforme, comment elle fait obstacle, comment elle corrompt et crée des illusions. Nous avons tout un réseau d'évasions, et tout cela est un gaspillage d'énergie, parce que tout cela fait intervenir le temps, le temps qui est désordre.

J'ai dit cela. Est-ce un fait pour vous ou n'en avez-vous qu'une compréhension verbale ? Est-ce un fait dans le sens où le microphone en face de moi est un fait ? Si je ne vois pas le microphone et que quelqu'un me le décrive, me dise quelle est sa fonction et sa structure, ce n'est pour moi qu'un énoncé verbal mais, quand je le vois directement, c'est un fait. Quand vous êtes affamé, c'est un fait. Personne n'a besoin de vous dire que vous avez faim, ou de vous décrire la faim. Le fait révèle la structure du désordre, du temps. Tant qu'on n'est pas parvenu au point où ceci devient un fait pour soi, on ne peut pas aller plus avant. Quand l'esprit se rend compte que le temps engendre le désordre, et que c'est un fait, non une théorie, ni une constatation verbale ou un concept intellectuel, cette prise de conscience même entraîne une terrible révolution, parce qu'on a rejeté le temps psychologique.

☆ *Comment pouvez-vous maintenir cette prise de conscience ?*

★ Il ne s'agit pas de la maintenir. Si vous prenez conscience de la chose, c'est ainsi.

☆ *Est-ce que le milieu favorise cette prise de conscience ?*

★ Non, cela n'a rien à voir avec le milieu. Cela n'a rien à voir avec ce qu'on est ou ce qu'on n'est pas. Voit-on le fait, tout simplement ? Monsieur, dans votre salle de bains, vous avez une bouteille marquée « poison », et vous savez que c'est un poison ; vous êtes attentif à cette bouteille, même dans l'obscurité. Vous êtes toujours en éveil à son propos. Vous ne dites pas : « Comment vais-je me tenir à distance de cette bouteille, comment vais-je être sur mes gardes à son sujet ? » Vous savez que c'est un poison et, en conséquence, vous y êtes terriblement attentif. Le temps est un poison ; il crée le désordre. Si c'est pour vous un fait, alors vous pouvez progresser dans la compréhension de la manière dont on peut se libérer de la peur immédiatement. Mais si vous vous accrochez encore au temps comme à un moyen de vous libérer, il n'y a pas de communication entre vous et moi.

Voyez-vous, il y a beaucoup plus. Il se peut qu'il y ait une espèce de temps totalement différente. Nous ne connaissons que deux sortes de temps, le temps physique et le temps psychologique, et nous sommes pris dans le temps. Le temps physique joue un rôle important dans la psyché, et la psyché a, sur le physique, une importante influence. Nous sommes pris dans cette bataille, soumis à cette influence. On doit accepter le temps physique si l'on veut prendre l'autobus ou le train. Mais, si l'on rejette *complètement* le temps psychologique, alors on peut en venir à un temps qui est quelque chose de tout à fait différent, un temps qui n'est relié ni à l'un ni à l'autre des précédents. Je voudrais que vous pénétriez avec moi dans ce temps. Alors le temps n'est pas désordre, c'est un ordre extraordinaire.

☆ *Monsieur, dans le temps psychologique, je vois que mon esprit a projeté en avant un futur qui n'existe pas. Cela crée le désordre, car je réagis à quelque chose qui n'existe pas.*

★ D'accord.

☆ *Cependant, ceci se produit à deux niveaux, le conscient*

et l'inconscient, et il est très difficile de pénétrer dans l'inconscient.

★ Monsieur, nous donnons, me semble-t-il, une énorme importance à l'inconscient. Freud et compagnie nous ont donné une chose extraordinaire et nous ont écrasés sous le poids de cette terrible chose ; mais je ne pense pas qu'elle soit importante du tout. C'est une affaire tellement insignifiante, et l'esprit conscient est également une affaire très futile. Pourquoi donnons-nous tant d'importance à l'inconscient et pourquoi n'en accordons-nous pas à l'esprit conscient ? Est-ce parce que nous ne voyons pas que la pensée elle-même est sans importance ?

☆ *N'existe-t-il pas un meilleur usage du temps, qui dissoudrait la peur ?*

★ Voyons, monsieur. Vous êtes dans la douleur. Je ne vous souhaite pas d'être dans la douleur. Est-ce que demain vous aidera à vous en débarrasser ?

☆ *Demain la douleur peut être passée ; et c'est souvent le cas.*

★ Elle peut être passée ou non. Généralement, elle ne l'est pas. L'idée qu'elle puisse être passée n'est qu'une idée. Ce n'est pas un fait. L'homme a vécu avec la douleur et l'a déifiée. Le christianisme a adoré la douleur. Aux Indes et en Orient, ils s'en donnent une explication qui les satisfait, car ils ont la doctrine du karma. Se donner une explication satisfaisante de la douleur ou la déifier, ce sont des formes d'évasion. On peut aussi s'évader en recourant à la boisson ou aux drogues. Vous demandez s'il y a un usage correct du temps. Evidemment, il y en a un.

☆ *Je pense que l'usage que j'ai fait du temps dans le passé a été défectueux, car je me suis servi du temps stupidement.*

★ Qu'est-ce que l'usage correct du temps ? En dehors du temps physique, du temps de la montre, que signifie le temps ?

☆ *Le temps signifie un changement.*

★ Le temps signifie changement. Je suis dans la douleur. Il me faut du temps, soit demain soit dans l'instant qui vient, pour être soulagé. Cela arrive-t-il ? Quand on est affamé, quand il y a un besoin réel, dit-on : « Eh bien, j'attendrai jusqu'à demain » ?

☆ *Oui, mais il y a beaucoup d'autres exemples qui montrent que cela pourrait réussir. Par exemple, je ressens un désir. Si je ne fais rien à son propos, il meurt et je n'ai pas le souci d'avoir à le combattre.*

★ D'accord. Discutez cela, monsieur, poursuivez.

☆ *Par exemple, le passage du temps aboutit à l'élimination des désirs, parce qu'ils deviennent pénibles.*

★ Voyez ce que vous dites. Vous êtes en train de dire que le temps, qui fait partie du plaisir peut être utilisé pour se débarrasser du non-plaisir. Ainsi le temps nous donne du plaisir. C'est tout ce que nous voulons.

☆ *Est-ce que l'état de rêve n'est pas un état de l'esprit dans lequel il n'y a pas de temps psychologique ou physique ?*

★ Les rêves sont quelque chose d'entièrement différent. Je pense que les rêves sont un gaspillage de temps, un gaspillage d'énergie. Pourquoi rêve-t-on ? C'est assez évident, n'est-ce pas ? On est si terriblement occupé pendant tout le jour, l'esprit conscient est pris dans ses querelles et dans toutes les autres activités de nos heures de veille. Quand on s'endort, l'esprit conscient est en quelque mesure moins actif, et le prétendu inconscient projette, sous forme de rêves, toutes ses suggestions. Nous n'avons pas à glorifier les rêves, car alors nous allons chercher les interprètes de rêves et tout ce qui s'ensuit. *(Rires.)*

Si l'on est éveillé tout le jour, observant toutes choses, observant la manière dont on parle, s'habille et pense, ob-

servant les rapports qu'on a avec les gens et la nature, prêtant attention à tout ce qui se cache au-dessous, alors le prétendu inconscient vient à la surface, et l'on n'a plus à rêver du tout.

☆ *Pouvez-vous indiquer pourquoi le temps* per se *ne peut jamais mettre un terme à la douleur ?*

★ Je l'ai déjà montré. Voyez, monsieur. Je perds mon fils. J'examine ce qui se passe dans mon esprit. Je vois que je suis privé de quelque chose sur quoi je m'étais appuyé. J'ai perdu un compagnon, un fils en lequel j'avais placé, non seulement de l'argent, mais aussi des espoirs, des peurs et des désirs. Je ne peux plus m'immortaliser en lui. Je me plonge dans l'apitoiement sur moi-même et les regrets. Or, cela a pris du temps. Cela a pris un jour ou un an ; cela a pris un temps quelle qu'ait pu être sa durée. Pendant ce temps, d'autres influences, d'autres tensions se sont manifestées. Ce n'est pas seulement une découverte continuelle. D'autres choses interviennent. Mais la cause n'amène jamais l'effet correct. Quand il y a une cause et un effet, il y a un intervalle de temps. Dans cet intervalle de temps, il y a toutes sortes de tensions. Par conséquent, l'effet est modifié, et ce qui était un effet devient la cause d'une nouvelle série de changements. Il n'y a jamais une cause précise et un effet précis. Donc, la simple recherche de la cause de ma douleur est une perte de temps. Si ceci est clair, s'agit-il d'une clarté verbale ou d'une clarté réelle ?

☆ *Dans les exemples particuliers que vous donnez, c'est évidemment une clarté réelle.*

★ Donc, vous ne dépendez plus du temps.

☆ *Je me dis que si j'étais conscient pendant une période de temps, alors...*

★ Vous ne pouvez pas être conscient durant une période de temps. Cela devient alors mécanique. Voyez, monsieur, j'entre dans la salle et je vois les couleurs des différents vêtements, la porte, les fenêtres, la forme disproportionnée

de la salle, la lumière et tout cela. Je vois cela immédiatement et je suis conscient de mes réactions à tout cela. Je suis conscient de la manière dont ces réactions surgissent et je suis conscient de mon conditionnement, qu'il soit classique, victorien ou quoi que ce soit d'autre.

☆ *Oui, vous êtes conscient, mais je ne le suis pas.*

★ Si vous procédez de cette manière, vous découvrirez, n'est-ce pas ? Mais si vous pénétrez dans la salle, jetez un regard circulaire et essayez de découvrir vos réactions, votre conditionnement, cela prend du temps. Et quand vous avez pris ce temps, il y a d'autres facteurs inclus en lui, pas seulement une chose, et c'est un gaspillage de temps. Maintenant, est-ce un fait que vous ne vous servez plus du temps comme d'un moyen d'être conscient, d'être débarrassé de la peur, ou de la douleur ?

☆ *Est-ce que le temps ne s'introduit que lorsqu'on se met à penser à soi ?*

★ Non, je vous en prie, ce n'est pas la question. Vous introduisez quelque chose d'autre. C'est juste, je dirai oui, naturellement. Alors, qu'allez-vous faire à propos de cela ? Vous remettre à chercher comment vous débarrasser de cette pensée qui pense à elle-même ?

Si c'est un fait, et non une idée, un mot, un concept intellectuel ou une théorie, mais quelque chose de réel, comme ce doit l'être pour quelques-uns de ceux qui sont ici, alors nous pouvons poursuivre. Il n'y a aucune espèce de temps par le moyen duquel je vais me débarrasser de quelque chose, et je sais que la peur est là. J'ai peur de l'opinion publique, de la mort, de l'obscurité ou de ma grand-mère. J'ai également conscience que je suis dans la douleur. Je dois y faire face sans recourir au temps. Cela signifie que je dois l'affronter avec toute l'énergie dont je dispose. Je dispose maintenant de cette énergie, comprenez-vous ? Je ne l'avais pas auparavant parce que je me servais du temps comme d'un moyen d'évasion. Cela amenait le désordre, parce que le *fait* est la douleur, et j'introduisais d'autres facteurs qui n'ont aucune espèce de valeur. Ces

autres facteurs n'étaient que des évasions de cet unique fait. Quand j'ai réellement rejeté le temps en tant qu'idée, concept, ou comme étant quelque chose dont je ferais usage pour me débarrasser de la peur, alors j'ai l'énergie qu'il me faut pour affronter cette chose, et tout cela exige une énergie énorme.

J'ai peur, mais je ne compte plus sur le temps comme sur un moyen de dissoudre cette peur. Je dois l'affronter. Or, *comment* vais-je l'affronter ? Toutes les évasions, les explications, les recherches de causes ; toutes les manières de la dominer : contrainte, répression, contrôle — *toutes* ces choses ont disparu. Toutes impliquent le temps et un gaspillage d'énergie. Alors, comment vais-je l'affronter ?

☆ *Si toute évasion a cessé, la peur elle-même a sûrement disparu.*

★ N'en venez pas là. Car, si vous approfondissez cela, vous verrez quelque chose d'*autre* se produire.

☆ *Mais, si je ne sais pas comment faire cela, alors...*

★ Cela signifie que vous ne vous êtes pas débarrassé si peu que ce soit du concept du temps. Le concept du temps en tant que pensée c'est le plaisir ; vous *avez soif* du plaisir et vous prolongez ce plaisir sous différentes formes et, par conséquent, vous n'êtes pas débarrassé du temps.

☆ *Il nous faut l'affronter directement.*

★ Pour l'affronter directement, il vous faut connaître, il vous faut comprendre la structure et la nature du plaisir. Parce que le plaisir est ce que nous *désirons.*

☆ *L'accent est sur le plaisir.*

★ C'est ce que nous recherchons ; c'est ce que nous *désirons.* Nous *avons soif* de plaisir ; nous désirons le prolongement du plaisir, non la compréhension de la douleur, de la peur ou du temps. Nous nous servons du temps

comme d'un moyen pour prolonger le plaisir et éviter la douleur ; c'est tout ce qui nous occupe.

On a une expérience du plaisir : un ravissant coucher de soleil, un bel arbre, un paysage, un beau visage ; on éprouve un immense plaisir et on désire qu'il se répète. C'est la répétition qui *est* le temps, et non l'instant de plaisir.

☆ *C'est un point très difficile, parce que si l'on ressent de la peur ou de la souffrance, alors l'esprit est poussé, par toutes ces influences, à s'en écarter ; et, si vous les rejetez, alors...*

★ Non, non ! Quand vous rejetez le temps, vous le rejetez parce que c'est un *fait.* Vous n'êtes jamais entraîné vers son effet, parce que vous connaissez son effet. C'est seulement lorsque votre plaisir surgit quand vous regardez ce précipice, que vous êtes entraîné vers lui.

☆ *Le rejet de ce concept du temps est-il un retour au plaisir ?*

★ Non, tout au contraire ; le temps est une invention de la pensée, de la pensée en tant que plaisir.

☆ *Non, je ne veux pas dire la pensée ; je veux dire en tant qu'expérience.*

★ Il vous faut comprendre le plaisir. Approfondissons-le. Que désirons-nous ? Réellement, que désire chacun de nous ?

☆ *Nous désirons être heureux.*

★ Le bonheur, c'est le plaisir, un prolongement du plaisir, une répétition de quelque chose qui est agréable : le rapport sexuel, une image, une expérience, une idée, n'importe quoi qui nous donne du plaisir.

☆ *Nous désirons la liberté.*

★ Non, monsieur ! *(Rires.)*

☆ *Je veux dire être délivrés du chagrin, de la douleur. Si l'on pense au bonheur, automatiquement on pense au chagrin.*

★ Libération, non pas libération *de* — simplement libération.

☆ *Simplement libération.*

★ Si vous êtes libre de quelque chose, êtes-vous libre ?

☆ *Non.*

★ S'il vous plaît. Il nous reste si peu de temps. Je ne suis pas impatient ou quoi que ce soit d'analogue, mais vous manquez tellement de choses en ne faisant que revenir en arrière et encore en arrière.

☆ *Poursuivez, monsieur, sans tenir compte des interruptions.*

★ Monsieur, ce ne serait pas bon de poursuivre ainsi, parce que, après tout, nous désirons communiquer l'un avec l'autre. La communication verbale n'est pas une communication du tout. Il y a communication quand nous nous occupons des *faits,* c'est la communication *réelle.* Quand vous me *haïssez,* vous êtes en communion avec moi. Quand je vous aime, nous sommes en communion ; mais si vous êtes indifférent et que je sois quelque chose d'autre, nous n'avons pas de communion entre nous. Donc, voyons cela, messieurs. Comme nous l'avons dit au commencement, le temps engendre le désordre. Vous pouvez voir ce qui se passe dans le monde. La famine règne aux Indes et dans d'autres parties de l'Asie. Il y a chômage en de nombreux endroits, et d'autres choses terribles, y compris la guerre qui se poursuit en Asie. La science pourrait nourrir l'homme, le vêtir et l'abriter, mais elle ne le peut pas à cause du poison du nationalisme, à cause des politiciens

et de leurs idées, de leurs concepts. Ils disent : « Affiliez-vous à ce parti ou à cet autre parti », et l'Orient entier est affamé. Ils disent : « Eh bien, nous devons passer par le nationalisme, par notre parti à nous », et, dans l'intervalle, les gens ont faim. Nous pouvons donc voir que le temps engendre le désordre, non seulement sur le plan politique, mais encore intérieurement. Je vois cela. Je vois par moi-même comme un fait que le temps engendre le désordre, et que l'homme doit vivre dans l'ordre. Autrement, nous créons des illusions, nous vivons dans le désespoir. Je vois cela comme un fait et, pour un homme qui le voit ainsi, le temps n'existe plus. Je ne suis pas un nationaliste et ne suis affilié à aucun parti. Je ne suis pas un catholique, un protestant ou un fidèle de l'hindouisme. Je dispose de l'énergie nécessaire pour affronter le fait, qui est la peur, parce que j'ai compris le plaisir. Mais la plupart d'entre nous ne veulent qu'une seule chose : le plaisir. Si ce n'est pas le plaisir sexuel, c'est quelque autre forme de plaisir. Quand on devient plus vieux, on en a assez des différentes sortes de plaisirs et alors, finalement, on cherche Dieu (*rires*), ou quelque chose d'autre.

On doit comprendre cet extraordinaire attrait du plaisir ; et, quand on le comprend, on comprend aussi la nature du temps qui donne une durée au plaisir en tant que pensée. Tout cela est si simple, messieurs — simple, si vous voyez réellement la vérité en ce qui concerne la nature du temps. Si vous la voyez, que se passe-t-il alors ? Vous n'êtes plus façonné par le temps ou par le plaisir en tant que principe. Vous pouvez voir le fait, non en termes de plaisir et de peine, ce qui reviendrait à le voir en termes de temps. Alors qu'arrive-t-il ? Quand vous affrontez un fait complètement, comme un tout, vous l'affrontez avec une paix qui n'est pas le plaisir. La paix est affection, n'est-ce pas ? N'approuvez pas, je vous prie ; examinez simplement ce qui vous est dit. La paix ne renferme jamais de plaisir en elle. C'est la plus belle chose qu'on puisse dire à son propos. Et, quand le temps a été rejeté, vous avez l'énergie qu'il vous faut pour affronter le fait. Cela signifie que l'esprit a subi une révolution et que, par conséquent, il fait face à quelque chose dans une dimension totalement différente. Si l'on n'a connu que le plaisir, et le prolongement

du plaisir en tant que temps, en tant que pensée, on n'a connu que le conflit, qui est désordre. On essaie d'y échapper, de s'hypnotiser avec toutes sortes d'activités, mais c'est la seule chose qu'on connaisse. On voit cela et on le rejette complètement. Alors l'esprit n'est plus gouverné par le plaisir. Il possède une immense énergie qui est paisible ; il n'a pas de conflit et peut faire face à la peur.

Comment affrontez-vous la peur ? C'est ce que je voudrais savoir. En général, nous affrontons la peur en essayant de la fuir ; par conséquent, nous ne l'affrontons jamais réellement. Nous nous évadons par la verbalisation, par d'innombrables réseaux de fuite que l'homme a construits. Nous connaissons tout cela : Dieu, la boisson, le sexe, les amusements, la littérature, la peinture, l'art — tout, excepté le fait. Quand nous *mettons un terme* à tout cela, l'esprit devient extraordinairement alerte et très tranquille. Je vous en prie, ne comprenez pas de travers. Il n'y a rien de mauvais dans le plaisir lui-même. Regarder quelque chose de beau, c'est ravissant. Mais, pour en tirer un plaisir sain, on ne doit pas insister pour que ce plaisir se prolonge — c'est là que le désordre s'introduit.

Quand vous avez rejeté le temps, non par réaction mais parce que vous vous rendez compte qu'il crée ce désordre basé sur le principe du plaisir, alors vous avez l'énergie nécessaire pour affronter le fait. Il n'y a pas alors de distorsion. La sorte de plaisir qui crée l'illusion et la distorsion a pris fin ; par conséquent, on est en état d'affronter le fait.

Une des choses les plus difficiles à comprendre est le principe intégral ou la structure du plaisir. Quand vous êtes hautement sensible, tout votre être l'est, votre corps, vos nerfs, vos yeux, vos oreilles — tout chez vous est sensible. La simple vision de quelque chose de très beau est un moment de plaisir, mais ce moment ne devrait pas avoir de continuité. Dès qu'il a une continuité, on devient insensible ; et, quand on est insensible, le désordre apparaît.

Ce qui se passe quand on rejette le temps, quand on rejette le plaisir et sa continuité, c'est que l'esprit est complètement tranquille, immobile, c'est que le cerveau est complètement en paix. Et cette immobilité, cette tranquillité, cette intensité résultent de ce qu'on a vu le fait : et, par

conséquent, aucune espèce d'effort n'intervient dans tout cela. Il y a effort quand il y a plaisir. Si l'on a réellement saisi cela, alors l'esprit est sorti de l'ornière du principe du temps-plaisir, et par conséquent ne compte plus sur le temps comme sur un moyen d'évolution, un moyen de se débarrasser de quelque chose ou de s'accomplir. Lorsque quelqu'un meurt, l'esprit affronte ce défi, cet incident, sans *aucun* mouvement. Cela ne signifie pas un manque de sympathie, de la cruauté. La mort est une chose immense, trop vaste pour être comprise par un petit esprit chétif. Vous pouvez seulement affronter quelque chose d'immense quand l'esprit est tranquille.

29 avril 1965.

IV

Poursuivrons-nous en reprenant ce dont nous parlions l'autre jour : le temps ? Nous disions que le temps, si l'on met à part le temps physique marqué par la montre, crée du désordre et que, pour être sain d'esprit, attaché aux faits, pour n'être ni en proie aux émotions ni sentimental, on devait comprendre la structure totale du temps. Nous avons quelque peu approfondi cela, et je pense que nous pourrions peut-être ce soir l'aborder sous un angle différent.

Le conflit, sous quelque forme que ce soit, est l'illusion du temps ; et nous sommes tous en conflit, pris dans différentes sortes de conflits et à différents niveaux de notre être. Nous acceptons le conflit de la vie comme inévitable, et nous nous adaptons. On peut voir que ce conflit, sous toutes ses formes, fausse et pervertit la pensée et que, en conséquence, la pensée devient créatrice de l'illusion, de l'illusion, qui est le temps.

Nous ne parlons pas d'*un sujet.* Nous ne parlons pas d'une idée. Ce n'est pas comme si nous regardions un tableau, que quelqu'un d'autre aurait fait, en disant : « Je l'aime » ou « Je ne l'aime pas » ou en se demandant qui l'a peint, s'il a quelque valeur marchande, et ainsi de suite. Nous ne faisons pas cela. Nous n'examinons pas une image verbale. Nous vivons réellement la chose dont il est parlé, et cette chose ne nous est pas étrangère, elle n'est pas quelque chose de bizarre, d'extraordinaire. C'est pourquoi il est très important, je pense, d'écouter attentivement, non seulement l'orateur, mais encore toute chose dans la vie, d'écouter sans aucune distorsion, d'écouter sans introduire le temps. Alors peut-être découvrirons-nous par nous-

mêmes s'il est à quelque degré possible de vivre en ce monde — de gagner sa vie, d'avoir une famille, de vivre une vie de continuel mouvement dans les rapports — sans effort et, par conséquent, sans que s'introduise le temps.

Le temps implique aussi l'espace. Nous ne connaissons l'espace qu'à partir d'un centre qui est l'observateur ; et, par conséquent, notre espace a toujours une limite, une borne, une frontière. Non en théorie, mais réellement, nous ne connaissons l'espace à l'intérieur d'une maison qu'en raison des quatre murs de la maison. En nous-mêmes, quand nous nous regardons et réfléchissons à la nature de l'espace, il y a toujours un centre à partir duquel nous regardons. Par conséquent, l'espace est limité, et sa limitation est créée par l'observateur. Dans le monde moderne, où la quantité d'espace physique disponible devient de plus en plus réduite, si l'on veut avoir de l'espace, on devra aller sur la Lune ou sur les autres planètes. L'espace dépourvu de centre, l'espace sans frontière, c'est la liberté, et cette liberté ne peut exister lorsque existe ce temps qui crée l'illusion d'un observateur limitant l'espace par sa pensée. Cet observateur se sépare de la chose qu'il a observée et, par conséquent, il y a un espace entre la chose observée et l'observateur, un espace qui est encore de la nature du temps.

Si vous approfondissez cela par vous-même, il est très intéressant de découvrir ce qu'est l'espace, et si vous pouvez avoir un espace, non seulement à l'extérieur, mais encore intérieurement, sans devenir cinglé. C'est seulement dans l'espace qu'il n'y a plus d'influences, de pressions, d'entité civilisée faisant fonction d'observateur, constituant ce centre qui établit des distinctions, qui exerce sa volonté d'accomplir ou de ne pas accomplir. Ainsi, en nous efforçant de comprendre le temps, non pas le temps physique, nous avons aussi à comprendre cette question de l'espace — à rechercher s'il y a un espace où il n'y a ni observateur ni chose observée. Du fait que l'observateur et la chose observée sont séparés, il y a conflit ; et, pour comprendre le conflit et ainsi être libre du conflit, ni l'observateur ni l'observé ne doivent exister.

Nous connaissons l'espace à cause des quatre murs de la maison qui l'enserrent, et à cause de la chaise qui crée

l'espace autour d'elle. Nous connaissons aussi l'espace comme distance dans le temps. Nous connaissons l'espace parce que nous existons en tant qu'êtres humains, avec toute notre agitation, nos conflits, nos souffrances et notre douleur ; et nous connaissons aussi l'espace à partir de la lutte, du conflit, de l'impulsion à aboutir, à réussir ; nous le connaissons depuis le centre jusqu'à ce qui est projeté par la pensée comme aboutissement, comme fin. Ce centre devient le sujet de l'expérience, l'observateur et, à partir de ce centre, on connaît l'espace, mais on ne connaît pas l'espace dépourvu de ce centre. Par conséquent, faute de découvrir cet espace dépourvu du centre, on est toujours esclave du temps, et de là découle la tension constante, le conflit de la dualité entre l'observateur et l'observé.

L'observateur qui est le « moi », la pensée, le centre, crée un espace autour de lui, soit pour tenir à distance, repousser, résister ; soit pour établir, par identification, un autre centre. Le sujet de l'expérience et l'observateur ne peuvent exister sans créer un *autre* centre. L'observateur peut rejeter *son* centre, parce que son centre est le résultat du temps, de l'expérience et du savoir. A moins qu'il ne le comprenne et ne le rejette complètement, il ne peut pas être libre de ce centre et, invariablement, il en crée un autre hors de lui-même, sous forme d'idéal, d'utopie, de symbole, de Dieu ou de ce que vous voudrez, et se met en devoir de s'identifier avec cela. Il crée encore de l'espace, en tant que temps, et il lui faut du temps pour aboutir.

On doit comprendre la question du temps et de l'espace si l'on veut comprendre cette question d'une vie sans effort, qui est réellement très extraordinaire, exigeant une grande sensibilité et une grande attention. Il ne s'agit pas simplement de dire « Comment puis-je vivre sans effort dans le monde moderne ? », de se débarrasser tout bonnement de la question, ou d'essayer de transformer le fait de vivre sans effort en un idéal selon lequel on devrait vivre car, alors, cela deviendrait un effort. Une action qui est réellement spontanée, et non pas instinctive ni impétueuse, n'est pas limitée par le temps.

Si l'esprit est encombré et n'a pas d'espace libre, on ne peut pas voir, on ne peut pas réellement observer. Obser-

ver totalement demande un regard, une vision, une audition dans lesquels il n'y a pas de distance et, par conséquent, pas d'espace — cet espace créé par le centre. Si je veux vous voir et que vous veuilliez me voir, votre esprit ne doit pas être bourré de problèmes, de toutes sortes de questions, de doute et de souffrance, car alors il n'y a pas d'espace dans lequel on puisse voir. La plupart d'entre nous ne veulent pas de cet espace, car cet espace signifie peur.

Est-il possible de vivre en ce monde, et non pas de le fuir, mais sans qu'il y ait « expérience » ? Car, du moment qu'il y a « *expérience* », il y a le « *sujet de l'expérience* » (« experien*cer* ») qui s'oppose à l'existence de l'espace.

Cela n'est pas aussi fou qu'on pourrait le croire. C'est seulement dans l'espace que quelque chose de nouveau peut se produire. Aussi longtemps qu'on fait l' « expérience » de toute chose, et que, en conséquence, on traduit le nouveau en les termes de l'ancien — et c'est en cela que consiste l' « expérience » — l'espace créé par le « sujet de l'expérience » est toujours limité, parce qu'il est dans le champ du temps. J'ai accumulé beaucoup d'information, de savoir et d'expérience. Cette expérience a créé un espace autour d'elle-même et, par conséquent, elle a limité l'espace. Dans cet espace limité, je vis avec mon identification à toutes les choses que j'ai expérimentées, avec tous mes souvenirs, avec le passé. Comment puis-je m'en libérer ? Comment puis-je le rejeter si complètement, que ce rejet même soit une explosion ? Quand nous demandons « Comment ? », le « comment » *est* désordre parce qu'il appartient au temps.

Le fait est que chaque individu humain, qui en réalité n'est pas du tout un individu, est pris dans le temps et que, « sujet de l'expérience », il projette son propre espace autour de lui. Il est un observateur et tout ce qu'il regarde est encore l'observé et, par conséquent, il n'y a pas de rapport entre l'observateur et l'observé, c'est-à-dire qu'il n'y a pas de réelle communion. La communion existe seulement quand le centre n'est pas ; et cela survient quand il y a amour, si je puis faire usage de ce mot sans le déformer. Et l'amour n'est pas de l'ordre du temps, ce n'est pas un souvenir, il n'est pas le produit du passé. En tant qu'être

humain qui a vécu toute une vie d'expérience, accumulant du savoir, et dont le centre crée l'espace du temps et la limitation de cet espace, comment m'est-il possible de cesser d'être et, par là, de permettre à l'espace d'exister ?

Voyez-vous, la mort doit être quelque chose d'extraordinaire ; cependant personne ne désire savoir ce qu'elle est. Personne n'a envie de découvrir l'énorme signification de quelque chose qu'il ne connaît pas. Je sais que la mort existe, et je vois les autres passer devant moi, allant vers leurs tombes. Je me vois devenant vieux, perdant mes aptitudes, non seulement mes aptitudes physiques, mais aussi mes aptitudes émotionnelles et mentales, avec un affaiblissement de la sensibilité et une accélération de l'usure et du déclin. Tout ce dont j'ai l'expérience en fait d'inconnu, de cet inconnu qui est la mort, est encore dans le domaine du temps si j'en fais l' « expérience ». Mais, pour découvrir ce qu'est la mort, non seulement doit-il y avoir cessation de la peur, mais encore doit-on réellement comprendre cette chose complexe qu'on appelle le temps, et cet espace dont on ne peut pas faire l'expérience en tant qu'observateur, en tant que « sujet de l'expérience » (« experiencer »).

Après tout, nous ne savons rien de la paix, nous ne savons pas ce qu'elle est. Nous en parlons et les politiciens ne cessent de jouer avec le mot. En réalité, nous ne savons pas ce qu'elle signifie. Je ne me réfère pas au sens verbal du mot « paix », mais à cet état de paix où il y a une intense activité sans conflit, sans que s'introduise le temps. Pour découvrir comment l'atteindre, que peut-on faire ? Je vous en prie, ne vous posez pas la question « Comment vais-je le faire ? » ou « Comment vais-je l'atteindre ? » Du moment que vous posez la question « Comment ? » vous amenez déjà le désordre, parce que vous introduisez le temps comme moyen d'atteindre la paix, et ce qui est atteint au moyen du temps n'est plus la paix ; ce n'est que désordre et confusion. Nous ne savons pas ce que veut dire être réellement paisible, ce qui signifie que toute violence est absente. La violence n'inclut pas seulement le fait de tuer des animaux pour s'en nourrir, de se tuer les uns les autres, les guerres et le conflit des nationalismes, mais aussi l'ambition, la cupidité, l'envie, la discipline de la société qui devient immorale, et la discipline de soi, lorsqu'on essaie

de se conformer à une idée, d'imiter un modèle, de poursuivre un symbole, toutes choses qui entrent dans la structure de la violence. Ainsi, nous ne savons pas ce qu'est cette chose extraordinaire appelée paix. Nous pensons que, si nous pouvons bannir la bombe, nous aurons la paix. Certainement non ! Ou nous essayons de refréner notre colère, de nous débarrasser de ceci ou de cela, ce qui n'amène pas la paix. Nous ne savons pas ce qu'elle est, pas plus que nous ne savons ce qu'est l'amour, ou la mort. Nous connaissons l'amour en tant que jalousie et en tant que plaisir, le conflit de la jalousie, et les rapports sexuels du plaisir, toutes choses qui appartiennent au temps. Mais nous ne savons pas réellement — non en tant que « sujet de l'expérience », ce qui témoignerait de trop d'immaturité, si je puis me servir de ce mot, et serait trop limité — ce que c'est que d'être conscient de cette chose extraordinaire appelée amour ; ou que d'être conscient de la paix ou de la mort.

Il y a cette chose qu'on appelle la mort. Ce n'est pas parce que je vieillis que j'en parle. On l'évite parce qu'on ne peut pas la comprendre, ou on a des théories sur la réincarnation ou la résurrection. On essaie de l'écarter, de la mettre sous clé. C'est quelque chose d'inconnu, comme l'amour, la paix et la vie sans effort. On ne la connaît pas. On ne peut s'en approcher au moyen du temps, du temps en tant qu'expérience, et on ne peut pas non plus s'en approcher au moyen du désordre. Il nous faut avoir de l'ordre pour nous libérer de l'expérience. C'est seulement l'esprit désordonné qui recherche l'expérience ou désire un supplément d'expérience. Je ne sais pas si vous avez approfondi si peu que ce soit cette question de l'expérience. Aimeriez-vous poser des questions ? Il y a un danger à ce que vous vous borniez à m'écouter tandis que je poursuis tout seul.

☆ *Quand vous dites « expérience », voulez-vous dire* « conditionnement ? »

★ Non, je vous en prie, ne procédez pas ainsi. Nous demandons si l'on a approfondi et exploré cette question de l'expérience. L'expérience est une réaction, adéquate ou ina-

déquate, à une provocation. L'expérience, c'est de passer par quelque chose — colère, jalousie, désir sexuel, ou ce que vous voudrez — et d'y passer en tant que « sujet de l'expérience » (« experiencer »). Nous disons : « Hier, quand je suis sorti pour me promener, j'ai eu une merveilleuse expérience ; la beauté des nuages, la lumière dans les nuages, c'était quelque chose d'extraordinaire. » J'ai eu cette expérience ; elle est devenue un souvenir. Il y avait ce beau coucher de soleil. J'y ai réagi. On doit réagir, autrement on est mort. Si l'on me pique avec une aiguille, je dois réagir, à moins que je sois paralysé. Mais quand le « sujet de l'expérience » tire de cette piqûre d'aiguille, ou de ce coucher de soleil, un souvenir de plaisir ou de douleur, alors il a mis en mouvement la structure de l'expérience. Et c'est ce plaisir et cette douleur qui traduisent chaque nouvelle réaction en termes d'expérience. Si l'on est saturé d'expérience, on en désire une plus grande, une expérience plus vaste, plus importante, plus chargée de sens, parce que cette vie est terriblement ennuyeuse, on voit la même femme ou le même mari, on travaille, année après année, dans le même bureau, vivant dans une petite île encombrée, dans une petite île étanche, très bourgeoise. On devient très fatigué de tout cela. On devient un beatnik, un beatle, ou bien on s'adonne aux drogues ; parce que, ce qu'on désire, c'est un surcroît d'expérience. Et ce « surcroît d'expérience », c'est toujours le besoin du même en termes du nouveau. La plupart d'entre nous s'endormiraient s'ils n'avaient pas d'expérience du tout. S'il n'y avait pas de provocation de la part de l'Etat, de notre voisin, de la machine à calculer, de l'automation, nous nous endormirions tous. Pour nous tenir en éveil en ce sens, nous dépendons de l'expérience.

Si vous êtes allés un petit peu au-delà de cela, non pas dans le temps, mais si vous l'avez compris, alors vous créez votre propre provocation ; cette provocation est beaucoup plus aiguë, beaucoup plus vive que la provocation qui vous est infligée de l'extérieur. Cependant, ce défi que vous avez vous-même avancé est encore dans le champ du temps, parce que vous y avez répondu en tant que « sujet de l'expérience ».

Il y a une provocation extérieure ou un défi intérieur

lancé à cette réaction extérieure. On peut mettre de côté la provocation extérieure, car elle a très peu de sens pour l'homme réellement sérieux. On s'est jeté son propre défi ; il devient beaucoup plus aigu, beaucoup plus vif, et quand on comprend aussi cela, y a-t-il alors vraiment défi ? Parce que chaque expérience c'est encore le « sujet de l'expérience » et la chose dont on fait l'expérience dans le temps ; par conséquent, elle crée l'illusion et crée un espace qui est limité par le temps. Voir, observer, sans le « sujet de l'expérience », c'est créer l'ordre — qui est réellement vertu.

L'esprit, qui est le résultat du temps, le cerveau, les nerfs, tout ce que je connais, éprouve, pense, sens et recherche — toutes ces choses proviennent d'un centre d'expérience. Avec cela j'essaie de découvrir l'inconnu : la mort, l'amour, la paix ; cette tentative même *est* désordre. Il est terriblement important de le comprendre. L'ordre est la paix ; l'ordre, mais non l'ordre social. Cet ordre, il en faut, naturellement. Ce n'est pas l'ordre dans les rapports entre mari et femme, lequel, aussi, est nécessaire. Mais l'ordre que nous voulons établir dans le monde est basé sur le temps et, par conséquent, interminablement, il produit le désordre.

Regardez tous les politiciens, les hommes de loi, les hommes d'affaires, regardez-les ! Ils veulent l'ordre mais à leurs conditions ; ce qu'ils veulent, c'est le désordre. Pour avoir l'ordre, qui est réellement une extraordinaire structure de l'intelligence, il doit y avoir une compréhension qui n'est pas du domaine du temps, et vous ne pouvez pas avoir cette compréhension sous la forme d'une expérience.

Il y a donc, comme la mort, quelque chose de nouveau : l'inconnu. Je ne peux absolument pas aborder cette chose avec le connu, comme connu. Ainsi, vous voyez le problème : comment puis-je, moi qui suis un paquet du connu, y mettre un terme sans introduire le temps, sans faire l' « expérience » de la mort du connu ? Je ne peux absolument pas concevoir ou formuler l'inconnu. Aucun symbole, aucun mot n'en donnent la possibilité. Le mot n'est pas cela.

Ainsi, est-il possible de mourir au connu — le connu en tant que souvenir de ma femme et de mes enfants, des

plaisirs que nous avons eus ensemble, des problèmes ? Est-il possible de mourir sans faire l'expérience de la mort, sans effort et, par conséquent, sans introduire le temps ?

Regardons la chose différemment. La vie est un mouvement — une action dans des rapports. Elle est un mouvement sans commencement et sans fin. Mais toutes nos actions jaillissent du connu en tant qu'idée, et de la mise en œuvre de cette idée dans l'action. Cela devient-il trop compliqué ? Quand on se dit : « Je ferai cela demain », on a déjà projeté l'image du lendemain et l'idée, aussi bien que l'action qui va découler de cette idée, non seulement l'action physique — cette action physique doit naturellement avoir lieu, aussi nous n'avons pas à l'introduire, ce qui serait une source de confusion supplémentaire — mais l'action psychologique, qui implique le temps. C'est ce que nous faisons.

J'ai une idée de moi-même. Je pense que je suis cela. Ou j'ai symbolisé mon concept de moi-même en mots ou sous forme d'une image ; et, cette idée, je veux la transformer, je veux changer ; et la transformation de cette idée est encore une autre idée — l'idée étant la pensée organisée. Et la pensée *est* de l'ordre du temps. Ainsi le temps, la pensée dans le temps, la pensée en tant que temps, crée le désordre. Je vois toutes mes activités — essayer d'être grand, de devenir un saint, de réussir, d'être fameux, essayer d'être, de changer, de faire ceci et cela. Il y a une division entre le concept et l'acte ; il y a une division entre le concept et le « sujet de l'expérience », qui est le « sujet agissant ». Toute ma vie, c'est « Je vais être », « Je vais abandonner » et « Je dois être ». La même chose se passe politiquement, comme c'est le cas dans le monde communiste, avec leur utopie. Notre action est toujours divisée, une image se conformant au modèle représenté par une idée. Par conséquent, il y a conflit et désordre total. Il y a désordre du moment que la volonté opère en tant que plaisir dans le temps.

Je vois tout cela. Ce n'est pas quelqu'un qui me l'a dit ou que j'aie lu un livre à ce sujet. Je vois tout cela, j'observe tout cela autour de moi, en moi-même ; où que j'aille, c'est la nature du conflit. Son essence même *est* cet observateur et la chose observée ; et découlant de là, le

désordre du temps, et la limitation de l'espace au temps. Alors surgit le problème : comment *voit*-on ? Je vois cela, je dis que je le comprends ; tout au moins, je le comprends intellectuellement et verbalement. Alors la question se pose : comment vais-je le mettre en action ? Je le vois. Cela me semble si terriblement sensé, rationnel et logique, structuralement aussi bien que verbalement. Comment vais-je lui donner une action qui ne soit pas de moi ? J'ai à découvrir ce que signifie voir, entendre et apprendre ; parce que apprendre, écouter et voir ne sont qu'une seule et même chose. Ce ne sont pas trois choses séparées. Quand j'écoute, j'apprends et, par conséquent, je vois. Voir, c'est agir ; je ne vois pas d'abord pour agir ensuite. S'il y a un intervalle de temps entre voir et agir, la vision et l'acte aboutissent au désordre.

Il n'y a pas de « comment » ; il n'y a pas de machine, pas de formule expliquant comment je vais le faire. Cela doit être *complètement* effacé. On peut voir pourquoi. Du moment qu'on dit : « Comment vais-je le faire ? » on a déjà créé une division entre le « sujet de l'expérience » et la chose dont on fait l'expérience, et, par conséquent, on est déjà pris dans le temps en tant qu'exercice, habitude. J'essaie de faire *cela* — il y a cette habitude, et je vais la briser, ce qui est une division. Mais voir une habitude, quelle qu'elle puisse être, c'est mettre un terme à cette habitude. Il est donc très important de découvrir par soi-même ce que c'est que de voir. Voir n'est pas seulement une question visuelle, c'est aussi quelque chose qui est beaucoup plus de l'ordre de l'esprit.

Quand vous conduisez une voiture, votre esprit voit beaucoup plus que vos yeux. Il est déjà conscient de la voiture qui va tourner, et agit avant que l'œil ne l'ait aperçue ; et, si l'esprit n'est pas réellement sensible, et que le cerveau aussi ne soit pas très sensible, il n'y a pas vision. Ils ne peuvent pas être sensibles si le corps et les nerfs ne le sont pas. En conséquence, on doit avoir le corps et les nerfs hautement sensibles, et non pas abrutis par la boisson, la nourriture et tout ce qui s'ensuit ; en conséquence, il faut une alimentation correcte. Je ne suis pas en train de donner des conseils, je vous en prie ! (*Rires.*)

Donc, le corps, les nerfs, le cerveau, l'esprit, l'être total,

qui inclut l'inconscient aussi bien que le conscient, doivent avoir une grande sensibilité. Vous devez être conscients de vos sympathies et de vos antipathies, de la manière dont vous marchez, parlez, écoutez, en sorte qu'il y ait activation de l'inconscient.

Voir, écouter, apprendre, c'est l'attention totale dans laquelle il n'y a pas de « sujet de l'expérience ». En conséquence, il n'est pas question de se demander : « Comment puis-je être conscient ? » ou « Comment puis-je être attentif ? » Le « comment » est la demande la plus désordonnée. Ou vous voyez, ou vous *ne voyez pas*. Si vous ne voyez pas, laissez cela de côté ; ne vous battez pas pour vous contraindre à voir.

La structure de votre être est fondée sur le connu ; et ce connu ne peut pas saisir l'inconnaissable, l'inconnu. Cependant, c'est ce que nous essayons de faire tout le temps.

☆ *Qu'est-ce que le silence ?*

★ Ce monsieur demande ce qu'est le silence. Le silence, c'est ce qui s'est poursuivi pendant que je parlais. (*Rires.*) Je ne dis pas quelque chose d'absurde. Ne savez-vous pas ce qu'est le silence ? Non un silence créé par l'esprit, par le cerveau ; non un silence créé par la discipline ou par cette absurde pratique artificielle de la méditation, dont nous ferons l'étude approfondie une autre fois. Y *a-t-il* silence en dehors de l'entité qui *fait l'expérience* du silence ? Je ne vois pas comment vous pouvez séparer le silence de la paix, de la mort, de la beauté, de l'amour. Si vous avez touché l'un d'eux, les autres sont là. Quelques astronautes disent qu'il règne dans l'espace extérieur un extraordinaire silence.

☆ *Pouvons-nous décrire le silence comme un équilibre ?*

★ Je crains que vous ne puissiez le décrire. Comment pourriez-vous décrire quelque chose que vous ne connaissez pas ; et, si vous le connaissez, vous ne le décrirez pas. Pour la plupart d'entre nous, l'expression devient extraordinairement importante. Le peintre *insiste* sur l'expression, autrement il dit : « A quoi bon vivre ? » Mais, pour expri-

mer, il faut qu'il y ait création ; et la création est quelque chose qui peut n'exiger aucune espèce d'expression.

☆ *Krishnaji, pour en revenir au temps : ne serait-il pas possible que ce soit le temps physique qui nous entraîne dans tout ce trouble ?*

★ Nous avons approfondi cela, monsieur. Nous avons dit que le temps physique est nécessaire.

☆ *Mais il nous entraîne dans ce trouble.*

★ Attendez. Le temps physique est nécessaire. Nous entraîne-t-il en arrière ? Non. Le temps physique est nécessaire. Alors, quel est le problème ?

★ *Le temps physique exige que nous pensions.*

★ Très bien. Le temps physique, dit ce monsieur, exige que vous pensiez.

★ *Et quand nous pensons, nous créons le temps psychologique.*

★ Nous le faisons présentement. Ce n'est pas inévitable, n'est-ce pas ? Quelqu'un me pique avec une épingle. Je réagis, ce qui est normal, sain et sensé. Mais pourquoi est-ce que je construis psychologiquement tout le processus du temps ? Vous m'êtes antipathique parce que vous m'avez fait mal, verbalement ou d'une autre manière. Donc, le temps physique est une douleur et je dois y réagir. La réaction est finie. Quand vous me frappez, je me retire. C'est normal. Mais le désordre s'introduit quand l'esprit commence à créer le « sujet de l'expérience ». C'est très simple, n'est-ce pas ? Me faut-il l'expliquer ?

Très bien, très bien. Approfondissons la chose. Vous me frappez, vous me flattez ; vous me faites mal physiquement, vous me piquez avec une épingle. Je réagis. C'est le temps physique ; c'est une réaction physique. C'est normal, d'accord ? Pourquoi ne pas m'arrêter là ? La prochaine fois, je serai très attentif à ne pas me trouver trop près de

vous (*rires*), parce que vous pourriez me piquer. Attendons. Mais je n'ai rien contre vous. Je ne dis pas : « Eh bien, la dernière fois il m'a fait mal, et cette fois, croyez-le, je ne manquerai pas de lui faire mal. » Je ne vais pas plus loin que la douleur. Un point, c'est tout. Je n'échafaude rien. Echafauder, ce serait entrer dans le temps.

J'ai envie de dire quelque chose ; je le dis. Mais je le dis parce que je suis vaniteux ; je désire que vous me flattiez. Exiger la continuité du plaisir, ou éviter la douleur, c'*est* le temps, et le temps est désordre. Je puis vivre en ce monde *sans* créer le désordre, qui est plaisir et temps.

☆ *Il est simple de* voir.

★ Ah ! non. S'il est simple de voir, il est simple d'agir.

☆ *C'est si simple et naturel que la sollicitation du temps physique, à mesure qu'il s'écoule, entraîne notre esprit à faire des plans et à prendre des précautions.*

★ Non. Je dis : « Si vous *voyez* cela, vous n'êtes pas attiré par cela. » Vous n'êtes pas attiré par un abîme à moins que vous ne soyez quelque peu déséquilibré mentalement. Vous n'êtes pas attiré par quelque poison, parce que vous en comprenez la nature. Cependant, ce n'est pas une question d'être attiré ou de n'être pas attiré, mais de voir le fait du plaisir et de la douleur, c'est tout ; voir le fait que le plaisir donne une continuité au temps et à l'illusion. Si je *vois* cela, je puis regarder un bel arbre, une belle femme, un bel homme ou un bel enfant, et dire : « Qu'il est beau ! » et c'est fini. Mais si je ne peux pas en rester là et que je dise : « Eh bien, je voudrais avoir cet arbre dans mon jardin », j'ai mis en mouvement tout le processus. Par conséquent, cela demande une extraordinaire attention aux faits, et seulement aux faits, non à vos émotions, à vos plaisirs et tout ce qui s'ensuit. Mais il y a un temps dans lequel existe une espèce différente de joie, qui n'est pas le plaisir. Je ne puis approfondir cela maintenant ; ce n'est pas le moment.

☆ *Il me semble que le temps physique est le traître dans la pièce.*

★ Ce monsieur dit que le temps physique est le traître dans la pièce, dans le jeu. En est-il ainsi ? Voyez. Je tombe malade ; je peux mourir. C'est un fait physique. Mais je ne m'arrête pas là. Je dis : « J'ai peur » ; je me demande si je vivrai. Je me demande ce qui va arriver pour ma famille, mon mari, ma femme, mes enfants, ma fortune, mes biens. Je me demande s'il y a une vie dans l'au-delà ; s'il y a un Dieu qui va être bienveillant. Je me sens seul.

Voyez-vous, le fait est que nous avons peur des faits — le fait que je suis vieux, que je suis stupide. Nous avons peur d'affronter les faits, parce que nous ne pouvons regarder quelque chose qu'en termes de plaisir et de douleur. C'est si évident. Vous ne posez pas la question correcte ; c'est-à-dire pourquoi nous continuons de tourner dans un cercle, si je puis, avec bienveillance, attirer votre attention sur ce point.

Quelle *est* la question ? Non pas que le temps physique vous entraîne, vous attire dans un filet : le temps physique ne fait pas cela. C'est le temps psychologique qui crée le filet. Je dois aller à Paris la semaine prochaine. Je m'y rendrai. Mais je n'aime pas aller à Paris à cause de ceci, de cela et d'autre chose.

☆ *Est-ce que c'est par ce moyen qu'on peut s'arrêter de créer du karma tout le temps ?*

★ Ah ! le karma ! (*Rires.*) Vous connaissez le mot ? Des sanscrististes m'ont dit que le mot « karma » signifie cause-effet, qui est action ? Pouvez-vous mettre un terme à l'action ? Evidemment, on ne peut pas arrêter l'action. Mais l'action en tant qu'idée, ou imitation d'une idée, d'une formule, est de l'ordre du temps, et crée du désordre pendant toute notre vie. Oh ! tout cela est tellement clair !

Je ne sais pas si vous avez observé quelque chose. Le gland produira toujours un chêne. Il ne peut pas produire un poirier. Il y a une cause définie, et il y a un résultat défini, fixé. Mais nous ne sommes pas ainsi. J'ai fait quelque chose hier. C'est la cause, mais aujourd'hui, il y a un intervalle de temps pendant lequel d'autres facteurs s'introduisent ; et, par conséquent, l'effet est entièrement diffé-

rent ; et cet effet devient la cause de l'action suivante. Ainsi, il n'y a jamais de cause-effet défini, si ce n'est dans la nature. Ce qui devient très important, ce n'est pas d'éviter la cause et l'effet, ou de mettre un terme à un acte qui m'a fait du mal ou en a fait à quelqu'un d'autre, mais une compréhension de la structure totale de l'action en rapport avec le temps en tant qu'idée. Si l'on *voit* cela très clairement, alors on agit sans toute cette structure intérieure du passé qui, autrement, conditionne l'action.

3 mai 1965.

V

Si je le puis, j'aimerais, ce soir, parler du changement et de la méditation On a dû se demander, j'en suis tout à fait sûr, si on change vraiment. Je sais que les circonstances extérieures changent. Nous nous marions, nous divorçons, nous avons des enfants ; la mort survient, un meilleur emploi, la pression des inventions nouvelles, et ainsi de suite. Extérieurement, il y a une énorme révolution qui se poursuit, avec la cybernétique et l'automation. On a dû se demander si l'on pouvait vraiment changer si peu que ce soit ; non pas subir un changement qui serait en rapport avec les événements extérieurs, qui serait une simple répétition, une continuité modifiée, mais passer par un changement qui serait une révolution radicale, une mutation totale de l'esprit. Quand on se rend compte, comme on a dû le remarquer en soi-même, qu'on ne change réellement pas, on s'en trouve extrêmement déprimé ou on s'évade de soi. En conséquence, l'inévitable question surgit : peut-il y avoir un changement effectif ? Nous revenons à une période où nous étions jeunes, et nous nous retrouvons devant la même question. Les êtres humains peuvent-ils changer, si peu que ce soit ? Avez-vous tant soit peu changé ? Peut-être y a-t-il eu une modification à la périphérie, mais profondément, radicalement, avez-vous changé ? Peut-être n'avons-nous pas envie de changer parce que nous nous sentons assez à l'aise. Nous avons un gouvernement qui veille sur chacun de nous, un Etat-providence, un emploi assuré, des pensions de vieillesse, et tout ce qui s'ensuit ; donc, il n'y a peut-être pas de motif de changer. Et quand il y a un motif de changer, il s'agit d'un changement dans le cadre du connu.

J'aimerais que vous découvriez par vous-mêmes, ce soir, s'il vous est possible d'amener une révolution réelle. Je ne parle pas d'un changement consistant à passer d'une maison à une autre, d'un pays à un autre, d'une forme de bigoterie religieuse à une autre ; cela n'est pas du tout un changement. Je parle d'une mutation psychologique profonde, d'une transformation, d'un esprit nouveau, d'une existence totalement différente, qui n'est plus dans le champ du temps. On doit écouter, non d'une manière sentimentale, ou agressive, non en doutant ou en questionnant, mais simplement écouter, afin de découvrir par soi-même l'art d'apprendre à son propre sujet. Cet acte d'écouter révélera peut-être qu'il n'y a pas du tout de changement dans notre vie. Nous continuons tels que nous sommes, un petit peu mécontents, déprimés, solitaires, malheureux ; allant vers la vieillesse, remplis de tristesse, de problèmes irrésolus ; et c'est cela notre vie. La plupart d'entre nous s'accoutument à cela ; nos esprits deviennent ternes, lourds, stupides ; nous acceptons l'inévitable et, par là, la vie nous est terriblement ennuyeuse, avec sa routine et, apparemment, son manque absolu de signification. Ou nous inventons un but, une signification, et, en fonction de cette signification et de ce but, nous essayons de créer un modèle d'existence ; mais il n'y a encore là, comme on peut l'observer, aucune espèce de changement.

Donc, *changeons-nous* ? Y a-t-il un changement réel ? Et si nous changeons, est-ce un mouvement qui n'a pas lieu dans le temps ? Un changement dans l'espace, dans le temps, créé par la pensée, ou construit par la pensée, n'est pas du tout un changement. Car le changement amené par un acte de la volonté, de la volonté qui est l'espace entre ce que je suis et ce que je devrais être, est encore dans le cadre du temps.

Je veux changer. Je vois que je suis terriblement malheureux, déprimé, laid, violent, avec un éclair occasionnel de quelque chose qui n'est pas le simple résultat d'un motif ; et j'exerce ma volonté pour y remédier. Je dis que je dois être différent, que je dois laisser tomber cette habitude, cette autre ; que je dois penser différemment, agir d'une manière différente ; je dois être davantage ceci et moins cela. On fait un effort terrible et, à la fin de cet effort, on

est encore médiocre, déprimé, laid, brutal, sans aucune finesse. On se demande alors s'il y a un changement quelconque. Est-ce qu'un être humain peut changer ? Un changement dans le cadre du temps n'est pas, on s'en rend compte, un changement.

Je désire être paisible ; je désire être tranquille, intérieurement silencieux, vigilant, intelligent ; avoir de la vitalité ; je désire avoir un sens de la beauté ; et je recherche tout cela. Cette recherche devient un effort, et je ne suis jamais réellement ce que je voudrais être. Je ne suis toujours qu'en train de tâtonner pour l'atteindre. En conséquence, après quelques années, quelques mois ou quelques jours, j'abandonne et je reviens à l'ancien modèle. On est déprimé, on devient cynique, irritable, on s'adonne à la boisson, à l'église ou à n'importe quoi d'autre. Ou, si l'on a assez d'argent, on va chez le psychanalyste et on explore l'inconscient, ce qui peut prendre des mois ou des années. Nous continuons ainsi, interminablement, avec un terrible sentiment de peur, d'anxiété et de terreur, jusqu'à ce que nous mourrions dans le désespoir. Nous connaissons assez bien tout cela. Aussi, on se demande : « Comment est-il possible de changer, sans passer par tout ce processus, et de se trouver soudainement dans une nouvelle dimension ? »

Comme nous le disions l'autre jour, le « comment » est désordre ; le désordre surgit du fait de poser la question : « Comment vais-je sauter de ceci à cela ; comment vais-je provoquer en moi-même un changement assez fondamental, assez radical, pour que j'aie un nouvel esprit, que je sois un nouvel être humain ? » Les savants parlent de la venue d'un nouvel homme, doué d'un nouvel esprit. Je ne sais pas ce qu'ils veulent dire et cela ne me concerne pas. Ce qui m'occupe, si je suis tant soit peu intéressé, ce n'est pas la génération à venir, ni ce qui va se passer dans une centaine d'années, ou dans vingt ans, ou demain, mais c'est ce que je *suis* actuellement, et s'il est possible de changer et de mettre un terme à cette tentative impuissante, désespérée, qui n'a de sens. Je me demande donc : « Comment vais-je faire cela ? »

Or, il est très important de comprendre le « comment ». Quand nous nous posons la question du « comment », cela implique le temps, l'exercice, la méthode, le système, un

modèle à suivre et une lutte pour l'atteindre ; par conséquent, cela implique le temps, ce temps étant l'espace entre ce que je suis et ce que je devrais être, ou quelque chose que je ne peux pas m'imaginer être. Cela implique l'espace. Par conséquent, pour couvrir cette distance, du temps est nécessaire, une seconde, un jour ou même un an. Quand nous demandons « comment » et cherchons une méthode, nous pensons qu'en suivant un système, une méthode, un modèle de discipline, d'ordre, nous pourrons oublier toutes les autres pressions qui existent autour de nous et ne cessent de nous influencer et de nous modifier. Il y a toujours une lutte, une bataille, un conflit, une question ; et, par conséquent, le « comment » produit essentiellement le désordre. On doit être complètement libre et comprendre tout cela. Le « comment » implique, soit que l'on revienne à un ancien modèle, soit qu'on en crée un nouveau et qu'on se mette à le suivre ; d'où la bataille entre ce que je suis et ce que je devrais être.

C'est donc une stupide question de ma part que de demander : « Comment puis-je faire cela ; comment puis-je changer ? » Naturellement, si quelqu'un est quelque peu névrosé, déséquilibré, il se rend chez les divers psychanalystes. Peut-être obtiendra-t-il un léger changement et pourra s'adapter à une société qui ne cesse de se détériorer. Pour le moment, nous ne nous occupons pas des gens déséquilibrés.

Donc, comment — je ne me sers du mot « comment » qu'en manière de question — comment peut-on se *trouver* soi-même en tout cela ? Je pense qu'ici la question de la méditation s'introduit. Je ne parle pas de la méditation en tant que méthode. Cela n'a absolument rien à faire avec une méthode ; car la méthode est le « comment », et nous avons écarté cela comme inadéquat, infantile, témoignant d'un manque de maturité. Pour poser la question différemment, tout changement dans le cadre du temps n'*est pas* un changement. Nous parlons d'un changement fondamental, d'une mutation fondamentale, radicale ; l'esprit doit donc découvrir un nouveau mouvement, qui est hors du temps. Tout mouvement de l'esprit est dans le temps, en tant que pensée, en tant que plaisir et durée du plaisir. Je connais ce temps ; et je vois qu'en lui aucun changement n'est pos-

sible. Il doit exister un mouvement qui n'appartient pas à cette sorte de temps.

Je vois que le temps formé par l'esprit et la pensée, est un mouvement qui engendre la douleur, le plaisir, l'angoisse ; il a son propre mouvement, sa propre évolution ; il croît et décline. Je connais très bien cela. L'esprit ne peut pas se laisser porter par la vague de ce mouvement. Il doit y avoir un mouvement qui n'est pas de cette nature et l'esprit doit le découvrir ; un mouvement qui n'appartient pas à ce temps, mais à un temps totalement différent — si je puis me servir du mot « temps » pour désigner un mouvement qui n'est pas souillé par ce temps psychologique que je connais. Il doit y avoir un temps qui n'a ni commencement ni fin. C'est un mouvement qui n'appartient pas du tout à cette dimension.

C'est de la spéculation. Quand je dis : « Il doit exister », c'est une spéculation. Donc, je pars sur cela, sur cette base. Je veux découvrir ce temps ; je suis à sa poursuite. Cela demande une sensibilité accrue, donc je joue avec des drogues, avec n'importe quelle forme de stimulation, espérant le saisir et, l'ayant saisi, répéter l'ancienne formule.

Je vois donc que *n'importe quel* mouvement de l'esprit sera toujours, nécessairement, dans le temps. Cependant, mon esprit est ingouvernable, terriblement actif, projetant des idées et des visions, luttant, essayant de se concentrer, de se refréner ; il est en mouvement interminablement. Il se voit lui-même en mouvement et, par conséquent, fait un effort terrible pour être tranquille. Cette contrainte, cette discipline, cet alignement sur un modèle, en vue d'arriver à la tranquillité, est généralement appelé méditation — ce qui, naturellement, est par trop enfantin, par trop absurde.

Je vois cependant que l'esprit doit être extraordinairement tranquille ; parce que je sais que ce mouvement dans n'importe quelle direction, à n'importe quel niveau — mouvement vers Dieu, vers la paix — *n'importe quel* mouvement est *toujours* un mouvement dans le temps. Voyez-vous le problème ? Me voici, ayant un esprit qui est assez sain, rationnel, sensé, et cet esprit *veut* changer. Il *doit* changer. La manière dont je vis est trop inintelligente, trop stupide ; elle n'a pas de sens. Aussi l'esprit se

dit : « Je *dois* changer », et il essaie de changer graduellement. S'il est intelligent, il rejette cette voie et il dit : « C'est trop absurde. Je ne fais que répéter le modèle, encore et encore, le modèle modifié. » Il voit qu'existe la possibilité d'un changement qui se ferait dans une absolue tranquillité. Il lutte donc pour être tranquille, ce qui le met une fois de plus à l'intérieur des frontières du temps. Il doit changer immédiatement ou pas du tout.

Je ne peux pas compter sur demain, je ne peux pas m'exercer, je n'ai pas le temps de me discipliner ou de me conformer à un modèle qui est censé me donner cette paix ou ce sentiment de silence. En comprenant tout cela, mon esprit est devenu étonnamment sensible et alerte, terriblement conscient de lui-même. La difficulté est que très peu en viennent là avec une énergie terrible, car, lorsque vous rejetez le temps, au sens que nous donnons à ce mot, *tout* mouvement, conscient ou inconscient, dans n'importe quelle direction, a cessé.

Puis-je continuer sur ce même sujet ?

☆ *Oui, oui.*

★ Non, non ! *Faites-vous* la chose, la suivez-vous intérieurement et réellement ou ne faites-vous que suivre les mots ? Car cela suppose un très puissant esprit, un esprit qui n'a pas une expérience en tant que sujet, un esprit qui est complètement seul parce qu'il a compris la solitude, sa solitude et son isolement propres ; ses activités autocentrées, qui créent des murs autour de lui-même ; ses moralités, qui sont immorales ; ses vertus qui ne sont pas du tout des vertus, mais une simple adaptation à un modèle. Il en a fini avec l'ambition, la cupidité, l'envie et toutes les choses que nous poursuivons : le plaisir, le sentiment du pouvoir, la domination ; autrement il ne peut aller plus avant. La manière dont on en finit avec ces choses est très importante. Si on se dit : « Je ferai cela graduellement », cela, naturellement, n'a aucune valeur. Ces choses doivent disparaître immédiatement, sans aucun effort.

Considérons l'habitude de fumer et l'habitude de l'envie. Fumer vous donne certaines sensations de plaisir, quelque chose à faire de vos mains ; tout le monde le fait, c'est

socialement accepté. Pouvez-vous laisser tomber cela *complètement, immédiatement,* sans exercice de votre volonté, sans motif ? Si vous ne le pouvez pas, vous êtes pris dans le temps et, par conséquent, il n'y a pas de libération à l'égard de l'habitude.

L'envie est profondément enracinée chez la plupart des gens. Elle prend tant de formes ; il n'y a pas seulement l'envie à la vue d'un homme intelligent, célèbre, mais aussi l'envie qui compare toujours. Pour elle, le « plus que » est important : apprendre davantage, avoir plus d'information, entrer en compétition, essayer de lutter, de comprendre, de devenir intelligent, essayer de trouver Dieu, de faire ceci et cela — plus, éternellement plus ; non seulement plus de salles de bains et de réfrigérateurs, qui soient meilleurs, mais davantage psychologiquement. Peut-on en voir instantanément les implications et s'en débarrasser, sans analyse ; sans permettre au temps d'intervenir ; sans rechercher la cause de l'envie — dont nous avons déjà parlé — et, par conséquent, y mettre un terme immédiatement.

Pour mettre un terme à cette chose, à cette habitude, immédiatement, il doit y avoir une lucidité, une prise de conscience. Vous devez savoir ce que vous faites avec vos mains. Vous devez vous rendre compte à quel point l'envie est profondément enracinée — vous en rendre compte sans jugement, sans choix ; avec une conscience qui se borne à voir et agir. Elle ne peut voir et agir instantanément que lorsqu'elle se rend compte de toutes les ramifications de l'envie, lorsqu'elle comprend cette envie. La structure, les implications n'appartiennent pas au temps. Vous pouvez voir instantanément.

Je ne sais pas si vous avez approfondi cette question de la prise de conscience et de ce qu'elle signifie. Il n'y a en elle rien de mystérieux ; vous n'avez pas à vous y entraîner. Elle commence avec les choses extérieures : être conscient des arbres, des gens, des couleurs, du bruit, du bavardage incessant, des évasions extérieures de la forme d'une pièce et de sa couleur — commencez par là, laissez-vous porter par ce flot ; entrez, pénétrez à l'intérieur. Vous ne pouvez avancer sur cette vague qui pénètre à l'intérieur que lorsqu'il n'y a ni choix, ni comparaison, ni

condamnation. Simplement laissez-vous porter par cette vague. De cela surgit l'ordre physique qui est évidemment nécessaire. L'ordre physique est austère. Pour la plupart d'entre nous, l'austérité est âpre, un résultat acquis par la discipline, un renoncement à soi-même, un sacrifice, une conformation à quelque chose ; et, par conséquent, quand il y a discipline, une conformation à quelque chose, une contrainte, tout devient violent ; et, généralement, toute austérité est la négation de l'affection. Mais, quand on est très conscient des mots, des pensées, de la structure totale de l'esprit, alors l'ordre s'établit. On doit avoir de l'ordre parce qu'il est l'essence de la vertu. Combien on a de vêtements ou de maisons, ou si l'on n'a pas de maisons et tout juste un pagne, cela importe peu. De cette austérité naît la simplicité — non dans les choses, dans les vêtements, mais la simplicité intérieure. Donc, l'esprit, ayant mis de l'ordre, est très équilibré et, en conséquence, n'a pas d'illusions — c'est seulement le temps, en tant que pensée, qui crée l'illusion. Alors, il y a un mouvement qui est silence.

Maintenant, tout cela est méditation. Peu importe où vous êtes. Vous pouvez faire cela pendant que vous voyagez dans un autobus. Vous n'avez pas à prendre une posture spéciale, à faire de profondes respirations ; tout cela a très peu de sens, car un homme à l'esprit stupide peut s'asseoir très droit et s'exercer indéfiniment à respirer : il restera encore un esprit stupide et ses dieux seront stupides.

Nous parlons d'une méditation qui est une chose naturelle. Si on est allé jusque-là, on la connaîtra par soi-même — non, on *ne la connaîtra pas* par soi-même ! Un esprit qui se sait silencieux n'est pas un esprit silencieux. C'est un esprit qui se connaît comme le sujet d'une expérience et, par conséquent, il y a l'observateur, le sujet de l'expérience — la chose éprouvée. Quand on fait l'expérience du silence en étant conscient d'en être le sujet, ce n'est *pas* le silence ; par conséquent, la question devient : le sujet de l'expérience peut-il cesser d'exister *immédiatement* ? Pour comprendre ce qu'il en est, il faut comprendre le plaisir, dont nous avons essayé l'autre jour d'approfondir la nature. Vous pouvez voir ce qui donne une continuité au plaisir : c'est la pensée, le fait d'y penser. Je prends du plaisir à faire n'importe quoi et je pense à ce plaisir ; ce

faisant, je donne force, vitalité et aliment à ce qui a été agréable. Si la pensée ne donne pas de continuité au plaisir, il prend fin immédiatement. Vous ne pouvez pas interdire une réaction ; mais, donner une continuité à cette réaction sous forme de plaisir ou de douleur, entraîne le prolongement du temps.

L'orgueil et la vanité ont disparu. L'esprit devient extraordinairement calme, et il en est de même du corps, des nerfs et des cellules cérébrales elles-mêmes. Chez la plupart d'entre nous, le cerveau fonctionne seulement selon certaines lignes, dans certains sillons, que nous utilisons constamment sous forme de souvenirs, de routines, d'habitudes, de réactions — les ornières familières. Ainsi l'esprit devient de plus en plus insignifiant, terne, fatigué — le cerveau lui-même et les cellules individuelles. Je ne sais pas si vous l'avez observé. Je peux ne pas m'exprimer en langage scientifique, mais vous savez ce dont je parle. Ce cerveau doit être activé, devenir intensément actif ; et, pour susciter cette intense activité, on doit prendre conscience de tout ce qu'on fait.

Ainsi l'esprit, le cerveau, les nerfs, le corps, tout est pénétré d'énergie, parce que l'esprit a établi l'ordre ; et parce qu'il est en ordre, il est vertueux — il ne s'agit pas de cette chose stupide appelée vertu. On a de l'ordre, un ordre qui a surgi de la lucidité sans aucun sens de conflit.

Jusqu'à présent, nous nous sommes servis du temps et c'est tout ce que nous connaissons : le temps comme plaisir, comme douleur, en tant que mouvement pour produire un changement, etc. Psychologiquement, je me suis servi du temps en vue de devenir quelque chose, en vue de changer, d'établir de meilleures relations avec ma femme, mon voisin, mon mari. Si l'on comprend tout cela, on le rejette totalement et non partiellement ; il y a un rejet total de tout cela, un rejet du temps. Non du temps physique, parce que, si vous faites fi du temps physique, vous manquerez votre train ou votre autobus.

Du fait que l'esprit a rejeté le temps psychologique, il règne un ordre extrême, et l'esprit en vient naturellement à un point où il n'a plus aucun mouvement d'aucune sorte parce qu'il n'a plus conscience de lui-même comme d'un

sujet faisant ou non l'expérience d'un mouvement. Il est silencieux parce qu'il dispose d'une énergie énorme, parce qu'il est terriblement actif — non en faisant quelque chose, non en poursuivant quelque chose, non en essayant de transformer quelque chose. Il est *sans* mouvement, il est complètement immobile ; et, par conséquent, étant actif, il est rempli d'énergie sans impulsion, sans mouvement. Alors, qu'arrive-t-il ? Dans cette immobilité remplie d'énergie, dans un esprit complètement immobile, il y a une explosion, et cette explosion est un mouvement dans une dimension différente du temps.

Après tout, qu'est-ce que la création ? Je ne parle pas de l'aptitude à peindre, du talent pour écrire, ou de la capacité de faire de grandes recherches et d'inventer. Ce n'est pas du tout ce genre de création que j'ai en vue.

☆ *Voulez-vous dire existence ou vie ?*

★ J'ai demandé : « Qu'est-ce que la création ? » Car la plupart d'entre nous sommes des gens sans originalité, des gens de seconde main. Ce que nous créons, ce que nous publions, ce que nous exprimons reste de seconde main. Vous pouvez être un peintre merveilleux, bien connu, vendant vos tableaux à un prix énorme, mais la création, est-ce *cela* ? Est-ce que c'est là l'expression d'un esprit créateur ? Cependant chacun a soif de s'exprimer. Si vous avez du talent, vous mourez d'envie de l'exprimer. Si vous êtes un écrivain sans originalité, vous voulez que vos écrits sortent. Nous nous figurons être des gens très créateurs, mais en tout cela il n'y a *pas* création. Nous ne savons pas ce qu'est la création : c'est quelque chose qui doit être chaque fois explosif. Non seulement mon esprit est de seconde main, quelque chose qui a vécu pendant deux millions d'années, mais encore il n'y a rien de neuf en lui. Si j'ai du talent en tant qu'artiste, j'essaie de trouver une nouvelle forme d'expression : sans bras ou avec un seul œil, ou n'importe quoi — la peinture non figurative, et tout ce qui s'ensuit — mais il n'y a rien de neuf intérieurement. Tant que l'esprit n'a pas découvert cela, il ne peut que vivre dans la routine, l'ennui et la répétition.

La création est très importante et, pour parvenir à cette

explosion créatrice, l'esprit doit être complètement tranquille, il doit être toute énergie sans action. C'est comme une bouillotte dans laquelle l'eau bout : si la vapeur n'a pas d'issue, la bouillotte éclate. Et c'est alors seulement qu'il y a quelque chose de totalement neuf.

☆ *Si je puis faire une suggestion, Krishnaji, je pense que nous sommes des dieux potentiels.*

★ Il n'y a rien à répondre à cela. Voyez-vous, madame, nous pouvons être des dieux, nous pouvons être éternels, nous pouvons être ceci ou cela. Les Indiens, les hindous ont un merveilleux système pour tout cela ; mais cela ne suffit pas. C'est ce que je suis en fait présentement qui importe — ma condition de bourgeois, avec un esprit sans originalité ; avec mes douleurs, mes anxiétés, mes querelles, mes préjugés et mes luttes ; mon angoisse, mon désespoir, mes espoirs, et tout *cela*. Je puis imaginer ce que je suis *supposé* être, mais le « supposé être » n'est pas un fait. Chaque jour, je suis déchiré par mes propres pensées. Je suis déprimé et je désire changer cela *complètement*, un point c'est tout. Ce qui arrive après, lorsqu'un changement aussi énorme, aussi radical, est survenu, vous le découvrirez.

☆ *S'il y a eu une fois une explosion, vous la désirez de nouveau.*

★ Il n'y a pas d'explosion, s'il y a un sujet de l'expérience. Point final. C'est pourquoi j'ai expliqué tout cela très soigneusement.

☆ *Monsieur, s'il n'y a pas d'effort, s'il n'y a pas de méthode, alors tout passage dans l'état de lucidité, tout glissement dans une nouvelle dimension, doit être un accident entièrement aléatoire, et par conséquent inaffecté par tout ce que vous pouvez dire sur le sujet.*

★ Ah ! non, monsieur, je n'ai pas dit cela. *(Rires.)* J'ai dit qu'il faut ouvrir les yeux et en étant lucide, on découvre de quelle manière on est conditionné. Etant lucide, je

sais que je suis conditionné : comme hindou, bouddhiste, chrétien ; je suis conditionné en tant que nationaliste : Anglais, Allemand, Russe, Indien, Américain, Chinois. Je suis conditionné. Nous n'abordons jamais *cela.* Nous sommes ce résidu, ce relent, et nous espérons que quelque chose de merveilleux en sortira, mais je crains que ce ne soit pas possible. Etre lucide n'est pas quelque chose qui arrive par hasard, quelque chose dont on n'est pas responsable, quelque chose de vague. Si l'on comprend les implications de la lucidité, non seulement le corps devient hautement sensible, mais encore il y a une activation de tout notre être ; une nouvelle énergie lui est donnée. *Faites*-le, et vous verrez. Ne restez pas assis sur la rive à spéculer au sujet du fleuve ; sautez dedans, suivez le courant de cette lucidité, et vous découvrirez par vous-même que vos pensées, vos sentiments et vos idées sont extraordinairement limitées. Nos projections de dieux, de sauveurs, de maîtres — tout cela devient si évident, si infantile.

☆ *Cela crée un type d'esprit des plus insolites.*

★ C'est exactement cela, monsieur. Cela produit un état d'esprit des plus insolites.

☆ *On n'est pas du tout certain qu'il y ait un extérieur et un intérieur.*

★ De toute évidence, il y a un extérieur. Aucune incertitude à ce sujet.

☆ *On n'est pas du tout certain que la conscience soit à l'intérieur ou à l'extérieur.*

★ La lampe, les arbres, les maisons se trouvent à l'extérieur ; je vois ces choses. Il y a un corps ; je vois l'extérieur. Mais nous ne savons pas ce qui est derrière l'extérieur, ce qui est à l'intérieur de la maison. Puisque ce que nous voulons, c'est seulement créer plus de sécurité, l'incertitude nous effraie. Nous ne cherchons que la sécurité ; c'est pourquoi nous devenons très familiers avec les choses que nous connaissons, et c'est pourquoi nous

nous y cramponnons. Pour qu'une création quelconque survienne, ne faut-il pas qu'il y ait un vide, qui est l'espace ? Vous ne pouvez pas être sûr et certain que quelque chose se passera dans cet espace. C'est exactement cela. Nous sommes tellement effrayés d'être seuls. On peut comprendre qu'il n'est pas possible de vivre, physiquement, dans une insécurité complète. On a besoin de nourriture, de vêtements et d'abri. Ceci est admis, et nous n'en discuterons même pas. Mais, si l'on veut assurer à chacun la nourriture, le vêtement et l'abri, il faut qu'il y ait un terme au désordre intérieur. Nous ne pouvons pas être divisés en nationalités — tout ce fatras stupide. Nous voulons la sécurité extérieure sans rien faire intérieurement ; et quand la sécurité extérieure existe, comme c'est le cas dans ce pays et dans d'autres, l'esprit commence vite à décliner. Des gens se suicident, il y a violence et délinquance, délinquance adulte aussi bien que juvénile ; toutes les formes d'amusement et de distraction — vous savez ce qui se passe. Donc, on doit avoir ce sens extraordinaire de vigilance et de lucidité, non pas quelque chose de vague, d'irrationnel, mais de très objectif.

☆ *Monsieur, ce que vous dites ne peut être qu'une hypothèse pour quelqu'un qui, en fait de recherche, n'est pas allé jusqu'où vous êtes allé.*

★ Evidemment, monsieur, évidemment.

☆ *Et, à quelqu'un qui ne connaît pas cet état de lucidité, cela n'apporte rien. Donc, pourquoi continuez-vous à parler, monsieur ?* (Rires.)

★ Pour quelle raison je continue à parler ? Tout d'abord, ce n'est pas parce que je suis stimulé. Quand on s'adresse à un auditoire, à un petit auditoire comme celui-ci, ou à un plus grand auditoire, comme c'est généralement le cas aux Indes, il est difficile de ne pas en recevoir une agréable stimulation, de ne pas se sentir terriblement important. Ce n'est pas le cas pour moi. Vous me direz : « Comment savez-vous que ce n'est pas le cas ? » *(Rires.)* Parce que j'ai approfondi la chose. Je me suis arrêté de parler, je

me suis observé et je ne me suis jamais senti stimulé parce que je parlais aux gens. Jamais. Donc, cela n'a pas grande importance. Alors, est-ce pour aider les gens ? Je vous en prie, écoutez attentivement. Est-ce pour aider les gens ? Non. Cela impliquerait une forme de vanité : « Je sais, et vous ne savez pas ; donc, laissez-moi vous enseigner. » Alors s'établit une relation de maître à discipline, la relation entre le guide et celui qui le suit, ce qui est horrible, ce qui est Hitler et toutes ces histoires, religieuses ou politiques. Ce n'est pas cela non plus. Donc, ce n'est pas pour mon amusement, ma distraction, ma satisfaction ou mon épanouissement, ni pour aider les gens que je parle. Si vous ne vous aidez pas vous-même, personne ne viendra vous aider. Alors, est-ce pour m'exprimer, comme un poète ou un artiste ? Non. Quand on dit non à tout cela, que reste-t-il ?

☆ *Rien !* (Rires.)

★ Je vous en prie, ceci est très sérieux, ce n'est pas un amusement.

☆ *Communication.*

★ Non, je ne m'occupe pas de cela. Ce monsieur a demandé « Pourquoi parlez-*vous* ? »

☆ *Monsieur, vous parlez parce qu'un ami vous le demande.*

★ Non, il n'en est rien.

☆ *Parce que des gens désirent vous écouter.*

★ C'est-à-dire s'ils en ont *besoin*. Non, monsieur. Quand vous ne vous servez pas de votre auditoire pour votre satisfaction, quand vous ne parlez pas pour aider autrui, afin de sentir que vous êtes secourable, que vous faites le bien — quand vous écartez toutes ces choses, que vous reste-t-il ?

☆ *L'amour.*

★ Ah ! attendez un peu, attendez un peu ! L'amour. Faites-vous cela par amour ? Est-ce cela que vous voulez dire ?

☆ *Oui.*

★ Oh ! Seigneur ! (*Rires.*) Non, monsieur. Vous posez des questions qui n'ont pas de sens.

☆ *Est-ce parce que vous voulez* partager *cela avec nous ?*

★ Qu'est-ce que cela veut dire ? Suggérez-vous qu'on devrait exploiter les gens, se servir de l'auditoire, se présenter pour aider les gens et, par là, devenir important ? C'est tout ce qu'on connaît : l'aide, le service, faire du bien. Quand vous voyez l'absurdité de tout cela, que reste-t-il ? Quand vous aurez *fait* cela, posez la question. Alors, posez-là. Mais, si vous *aviez* fait tout cela, vous ne poseriez pas la question. Alors, nos rapports seraient entièrement différents.

6 mai 1965.

VI

Nos vies sont si superficielles ! Nous avons la plupart des choses qui nous sont physiquement nécessaires et la plupart d'entre nous se satisfont aisément avec de petits plaisirs, ou des concepts, des théories et des arguments intellectuels. Si nous avons lu beaucoup, cela nous donne une certaine acuité de pensée, un esprit qui aime à discuter, et nous sommes capables de faire des citations et de donner l'impression d'être très profond et très vivant. Un esprit très intelligent, ou un esprit vide de savoir et d'information, peut-il aller très profond ? La plupart d'entre nous vivent pour le plaisir intellectuel ou sensuel et cherchent à le prolonger. Quand cette forme de plaisir s'affaiblit, nous en cherchons d'autres, mais il y a bien peu de joie dans nos vies, dans nos relations, dans nos activités. Je ne pense pas que nous puissions trouver de la joie par le plaisir ; les deux choses sont entièrement différentes. La différence n'est pas dans les mots, dans les actions ou dans le fait de posséder un grand savoir. Il s'agit de comprendre le plaisir et d'aller au-delà. C'est seulement alors qu'on peut avoir de la joie, du bonheur, appelez cela comme vous voudrez.

Le monde étant ce qu'il est, la plupart d'entre nous semblent trouver qu'il est très difficile de pénétrer profondément en nous-mêmes ; et, à moins de pénétrer profondément en soi-même, je ne vois pas comment on pourrait trouver cette joie ou être dans cet état de l'esprit. Comme nous le disions l'autre jour, la compréhension du plaisir met un terme à toute illusion. Parce que, si l'on a sur soi-même des illusions de n'importe quelle espèce, et qu'on s'identifie à une joie, une image, un plaisir, une vision, une

idée, une théorie, cela donne une certaine satisfaction, une certaine qualité de plaisir. Mais cette identification de soi avec quelque chose n'est encore que la poursuite du plaisir. Comment peut-on pénétrer en soi-même si profondément, à une telle profondeur, sans effort, sans faire intervenir la qualité asservissante du temps ? Est-ce une question de temps, d'éveil incessant, d'examen permanent, de vigilance constante, s'agit-il de faire un effort continu pour écarter les choses qu'on sait être plutôt stupides, de manière à pénétrer en soi et y faire ainsi, peut-être, des découvertes ? Est-ce que le temps et le plaisir rendent l'esprit non religieux ? Pour la plupart d'entre nous, la religion est autorité, rituel, répétition et acceptation. Quand on a rejeté tout cela, comme l'ont fait la plupart des gens dits intellectuels, des gens modernes, trouve-t-on quelque chose de plus important ? Pour moi, la qualité religieuse de l'esprit est très importante. J'entends, par l'expression « esprit religieux », un esprit qui a compris la nature du plaisir ; qui s'est libéré de la peur et qui, par conséquent, n'a pas d'illusions, ne crée pas d'illusions pour lui-même et devient ainsi capable de vivre avec les faits, avec ce qui *est,* et d'aller au-delà. Un tel esprit, me semble-t-il, est un esprit religieux — un esprit qui, fondamentalement, a compris la nature du plaisir, du temps et de la peur.

Ainsi que nous le disions l'autre jour, la peur, sous n'importe quelle forme, consciente ou inconsciente, engendre l'aveuglement, l'illusion. On cherche à s'évader du réseau que l'homme a construit dans son effort pour se libérer de la peur. Prendre conscience de ce réseau et, ainsi, être libre, cela exige une lucidité dans laquelle il n'y a pas d'effort, mais seulement observation. La plupart d'entre nous, je le crains, ne sont pas assez sérieux pour aller jusqu'au bout. Nous sommes si facilement détournés, si facilement satisfaits par une petite expérience, un petit savoir, une petite compréhension.

Que peut faire un homme qui est dans l'angoisse, la douleur, la peur, qui lutte pour conquérir une position et un prestige, que peut faire un tel homme pour percer à jour tout cela, de telle sorte que la peur ne surgisse jamais plus ? Comment peut-on s'affranchir instantané-

ment de la peur — non pas seulement de la peur physique, qui affecte nécessairement la peur psychologique, mais de la peur psychologique qui engendre les peurs physiques ? Nous nous servons du mot « comment », non pas pour poser une question, ni comme se référant à un moyen ou à un système par lequel nous pourrions nous libérer de la peur, car, comme nous le disions l'autre jour, le « comment » est désordre. En effet, le « comment » implique le temps, et le temps engendre le désordre.

Si l'on sait qu'intérieurement on a peur de tant de choses, comment en sortir ? Il me semble que c'est l'un des problèmes majeurs de notre vie. Le temps ne dissoudra jamais la peur. Le temps est utilisé par l'esprit pour créer demain comme un moyen de se débarrasser de quelque chose par un processus graduel d'examen et d'analyse. Cette utilisation du temps ne libère pas l'esprit de la peur. Alors, que faire ? On doit comprendre tout le problème du plaisir — et non la peur ; parce que le plaisir est le facteur central, le principe directeur de notre vie.

Je vous en prie, ne vous bornez pas à écouter des mots, mais prenez conscience de la nature du plaisir, réellement, effectivement ; et prenez conscience de la manière dont toutes vos pensées et toutes vos activités sont fondées sur ce désir du plaisir, désir extraordinaire, compliqué. Quand cela est compris, la peur prend fin. Car c'est le plaisir qui engendre l'illusion — pas l'ultime, le profond plaisir psychologique, mais le plaisir quotidien, auquel la pensée donne une continuité.

En vue de comprendre le plaisir, on doit observer tout le processus de la pensée et en prendre conscience. Nous donnons une importance si extraordinaire à la pensée, aux idées, aux concepts, aux formules ! Des formules physiques sont nécessaires, mais avons-nous besoin, si peu que ce soit, des formules psychologiques ?

Je ne veux pas dire que nous devrions être stupides, incultes, lourds d'esprit ; mais pourquoi donnons-nous une importance aussi extraordinaire à l'esprit, à la pensée, à l'intellect ? Si l'on ne donne pas d'importance à l'intellect, on la donne aux valeurs sensorielles ou aux émotions. Mais, comme beaucoup de gens ont une sorte de honte des émotions et des valeurs sensorielles, ils adorent l'intellect. Pour-

quoi ? Je vous en prie, quand je pose une question, trouvons la réponse tous ensemble. Les livres, les théories et tout le domaine intellectuel sont considérés comme si importants dans notre vie. Pourquoi ? Si vous êtes intelligent, vous pouvez obtenir un meilleur emploi. Si vous êtes, en matière technologique, hautement qualifié, cela peut présenter certains avantages, mais pourquoi donnons-nous de l'importance aux idées ? N'est-ce pas parce que nous ne pouvons pas vivre sans action ? Toute relation est un mouvement, et ce mouvement est action. Les idées deviennent importantes quand elles sont séparées de l'action. Pour la plupart d'entre nous, l'action n'est pas importante, les rapports ne sont pas importants, les idées sont beaucoup plus importantes que tous ces autres facteurs.

Nos rapports, dans lesquels notre vie est contenue, sont fondés sur la mémoire organisée sous forme d'idée. L'idée domine l'action et, en conséquence, les rapports sont un concept, non une action réelle. Nous pensons que nos rapports devraient être ceci ou cela, mais nous ne savons pas ce qu'ils sont réellement. Ne sachant pas ce que sont en fait, réellement, nos rapports, les idées deviennent pour nous d'une suprême importance. L'intellect devient suprêmement important, avec ses croyances, ses idées et ses théories sur ce que nous devrions être ou n'être pas. L'action est de la nature asservissante du temps ; c'est-à-dire que l'action implique le temps, parce que l'idée *est* de l'ordre du temps. L'action n'est jamais immédiate, jamais spontanée ; elle n'est jamais en rapport avec ce qui *est,* mais avec ce qui devrait être, avec une idée ; en conséquence, il y a conflit entre l'idée et l'action. Nous faisons de la vie quelque chose de si extraordinairement compliqué ! Il y a l'idée, suivie par l'action fondée sur le plaisir, le devoir ou les responsabilités. Le plaisir engendre l'illusion, qui est incapable d'affronter le réel, ce qui *est* et, en conséquence, nous avons peur.

Il ne s'agit pas pour vous d'être en accord ou en désaccord avec ce qui est dit. Si l'on observe, on voit qu'il en est ainsi. L'intellect n'a pas un caractère total ; c'est un fragment de notre vie. Cependant ce fragment prend une énorme importance. Puisqu'un fragment a une si énorme

importance, notre vie, notre existence est fragmentaire ; ce n'est jamais quelque chose de complet, un tout.

La plupart d'entre vous ont probablement conscience de tout cela, et savent ou sentent qu'un conflit incessant se poursuit entre l'idée et l'action. Nous sommes conscients du fait que la séparation entre l'idée et l'action implique le temps ; et que, lorsqu'il est question de temps, il y a désordre. Nous connaissons tout cela. Peut-être que quelques-uns d'entre nous le connaissent directement, l'observent et le voient comme un fait. Mais, apparemment, nous ne paraissons pas capables d'aller plus loin. Nous savons très bien qu'il n'est pas bon d'être trop intelligent, trop habile, d'être apte à faire des citations, avec toute la cérébration qui s'ensuit. Nous savons très bien que cela n'a pas une importance énorme ; cependant nous jouons avec. Nous sommes également conscients de la nature du plaisir en tant qu'habitudes, sexuelles et autres. Aussi sommes-nous, intérieurement, profondément anxieux. Nous avons un sentiment profond de culpabilité, et nous sommes dans une solitude désespérée. Nous savons que la peur existe et, cependant, nous ne paraissons pas capables de dépasser tout cela. Comment un être humain peut-il sortir de ce cercle, de cet éternel cercle vicieux ? C'est la question majeure, et non pas de faire des recherches et d'analyser d'inutiles mots et définitions de mots. Y a-t-il une manière différente d'aborder le problème ? Il me semble que nous abordons la vie à partir de la périphérie, allant de l'extérieur vers l'intérieur, rendant ainsi les choses complexes, difficiles, embrouillées. Abordons-là différemment.

Le plaisir n'est pas l'amour ; il est la perpétuation du souvenir, qui le nourrit et l'entretient. S'il y a ce que nous appelons l'amour, il est cerné par la jalousie, l'anxiété, la solitude et la peur de perdre l'être aimé. Pour nous, la beauté est encore du plaisir. Pour la plupart d'entre nous, elle est le résultat d'une stimulation : par un beau bébé, un beau coucher de soleil ; un nuage dans le ciel. Nous les appelons beaux parce qu'ils agissent comme des stimulants. Existe-t-il une beauté qui n'est pas liée au plaisir, qui n'est pas le résultat d'une stimulation ? Notre vie est sans amour et, la plupart du temps, nous sommes des êtres humains de seconde main. Il n'y a rien d'original en nous,

rien de réel, et par conséquent nous ne savons jamais ce que c'est que d'être créateurs. Nous voulons tous nous exprimer de différentes manières, comme artistes, comme techniciens, et c'est ce que nous appelons généralement la puissance créatrice. Comment peut-il y avoir création lorsqu'il y a peur, plaisir et implication du temps ? Assurément, la création signifie terminaison, et non la continuation de quelque chose que j'ai connu, quelque agréable et important qu'il puisse avoir été. C'est seulement quand il y a terminaison complète que quelque chose de neuf peut apparaître. Nous avons peur de finir, nous avons peur de mourir — de mourir à tous les plaisirs, les souvenirs, les expériences. Aussi nous continuons, sans jamais parvenir à un terme ; en conséquence, nous ne sommes jamais créateurs.

Il me semble que la beauté, l'amour, la mort et la création vont toutes ensemble. Mais elles ne peuvent évidemment pas exister lorsque la peur est présente sous quelque forme que ce soit. Ayant écouté cette affirmation, vous pouvez l'approuver, être d'accord ou en désaccord ; votre réaction importe peu. Les faits sont évidents et n'importe qui peut les observer.

Pouvons-nous, vous et moi, sortir complètement de ce système du temps et du plaisir ? Est-il possible de scruter la peur avec un regard né du silence, sans pensée, sans émotion, et de ne pas la considérer comme quelque chose dont on devrait trouver la cause, comme quelque chose qu'on devrait analyser et éliminer ? Il est assez simple de regarder une fleur, sans la voir à la manière d'un botaniste, car la fleur n'a pas grande importance dans la vie de chacun ; elle n'intervient pas dans votre vie, elle n'y met pas de désordre, elle ne la souille pas. Mais regarder sans pensée ou sentiment, et, par conséquent, observer sans intervention du temps, vos activités, vos problèmes lorsqu'ils surgissent, ce n'est pas si facile.

Nous regardons les choses à partir d'un centre qui crée un espace autour de lui. Je vous regarde à partir de mon centre de mémoire : ce centre crée un espace autour de lui et je vous regarde à travers cet espace. Je ne vous vois jamais directement. Je ne vous observe qu'à travers mon espace, qui a été créé par mon centre, lequel est expérience, savoir, mémoire. Je ne peux réellement vous regarder,

comme je regarde la fleur, que quand il n'y a pas de centre, mais je n'observe jamais en l'absence de ce centre qui, par nature, asservit au temps, et qui est le produit du plaisir. Ce centre ne cesse de créer l'illusion, et jamais je ne me trouve face à face avec le fait.

Je peux regarder une fleur, un nuage ou un oiseau en plein vol sans qu'il y ait un centre, un mot — le mot qui crée la pensée. Puis-je regarder, sans introduire de mot, n'importe quel problème — le problème de la peur, le problème du plaisir ? Car le mot crée, engendre la pensée ; et la pensée est mémoire, expérience, plaisir et, par conséquent, elle est un facteur de distorsion.

C'est en réalité d'une simplicité absolument étonnante. Parce que c'est si simple, nous nous en méfions. Nous avons le goût des choses très compliquées, très retorses ; et toute cette ruse est recouverte d'un parfum de mots. Si je peux regarder une fleur sans intervention verbale — et je le peux, n'importe qui peut le faire, s'il y apporte suffisamment d'attention — ne pourrais-je pas examiner avec la même attention objective, sans mots, les problèmes qui se posent à moi ? Ne puis-je pas observer à partir du silence, qui est non verbal ; ne puis-je pas observer sans mettre en mouvement la machine à penser actionnée par le plaisir et le temps ? Puis-je regarder, purement et simplement ? Je pense que c'est le point crucial de toute la question, ne pas s'approcher à partir de la périphérie, ce qui ne fait que compliquer terriblement la vie, mais regarder la vie, avec tous ses problèmes complexes : moyens d'existence, problème sexuel, mort, douleur, chagrin, l'angoisse d'être terriblement seul — regarder tout cela, sans faire intervenir d'associations, à partir du silence, c'est-à-dire sans qu'il y ait un centre, un mot qui suscite la réaction de la pensée, qui est mémoire et, donc, temps. Je pense que c'est le vrai problème, la vraie question : celle de savoir si l'esprit peut regarder la vie de telle façon qu'il y ait action immédiate, non une idée puis l'action, et éliminer tout conflit.

☆ *Voulez-vous dire que vous pouvez regarder quelque chose de la même manière que vous regardez une fleur, sans vous en servir, sans en faire usage ? Est-ce cela votre pensée ?*

★ Monsieur, vous regardez une fleur, vous la regardez réellement. Il n'y a pas de pensée derrière cela. Vous le regardez d'un point de vue non botanique, non spéculatif, vous ne la classifiez pas, vous *regardez* simplement. Avez-vous jamais fait cela ?

☆ *Est-ce que l'esprit n'intervient pas ?*

★ Attendez, attendez. Non, ne parlez pas de l'esprit. C'est un peu plus compliqué. Commencez par la fleur. Quand vous regardez une fleur, ne laissez pas la pensée intervenir. Puis voyez si vous pouvez regarder votre femme, votre mari, votre voisin ou votre pays de la même manière. Si l'on n'y parvient pas, on dit : « Y a-t-il une méthode, un système par lequel je puisse entraîner mon esprit à regarder sans intervention de la pensée ? » Cela devient trop absurde. Le fait est que nous regardons une fleur sans interférence de la pensée en tant que mémoire ou en tant que plaisir. Peut-on observer de la même manière tout ce qui surgit en nous et hors de nous — les mots dont nous nous servons, les gestes, les idées, les concepts, les souvenirs auxquels on s'identifie, les images qu'on a de soi-même et des autres ? Une prise de conscience aussi vaste n'est possible que lorsqu'il y a une observation externe des choses, quand on peut regarder un nuage, un arbre, sans qu'il y ait intervention des mots.

☆ *Ce n'est pas seulement l'intrusion des mots ou des associations ; c'est aussi la* rapidité *des associations.*

★ Oui, monsieur, la rapidité des associations ; par conséquent, vous ne regardez pas. Si je veux vous voir, voir le nuage, ma femme ou mon mari, je dois regarder et ne pas laisser l'association s'introduire ; mais le mot, l'association interviennent instantanément parce que, derrière eux, il y a le plaisir. Je vous en prie, voyez cela, messieurs, c'est si simple. Une fois que nous aurons compris cela clairement, nous serons alors capables de voir.

☆ *Vous avez dit qu'on devrait regarder la fleur sans pensée ni sentiment, et que, si l'on est capable de le faire, on obtient une énergie énorme. Cette énergie, dans le sens où nous nous servons de ce mot, est pensée et sentiment. Je vous demande si vous pourriez rendre cela clair.*

★ Ah ! vous voyez, monsieur, j'ai dit à dessein pensée et sentiment. Il n'y a pas de sentiment sans pensée ; et le plaisir est derrière la pensée. Ces choses vont donc ensemble ; le plaisir, le mot, la pensée, le sentiment. Elles ne sont pas séparées. L'observation sans pensée, sans émotion, sans mot, *est* énergie. L'énergie est dissipée par le mot, l'association, la pensée, le plaisir et le temps. Par conséquent, il n'y a plus d'énergie pour regarder.

☆ *Si vous voyez cela, alors la pensée n'est pas un élément de diversion.*

★ Alors la pensée n'entre pas en jeu, monsieur. Ce n'est pas une question de diversion. Je veux comprendre la chose. Pourquoi la pensée devrait-elle intervenir ? Pourquoi tous mes préjugés devraient-ils interférer avec ma vision, ma compréhension ? Ils interfèrent parce que j'ai peur de vous, vous pouvez me prendre mon emploi — une douzaine de choses différentes. C'est pourquoi on doit d'abord regarder une fleur, un nuage. Si je puis regarder un nuage sans un mot, sans aucune des associations qui s'introduisent si rapidement, alors je peux m'observer, observer l'ensemble de ma vie, avec tous ses problèmes. Vous pourrez dire : « Est-ce tout ? N'avez-vous pas exagérément simplifié ? » Je ne pense pas, car les faits ne créent jamais de problèmes. Le fait que j'ai peur ne crée pas un problème ; mais la pensée qui dit : « Je ne dois pas avoir peur » introduit le temps et engendre l'illusion — c'est *cela* qui crée un problème, et non le fait.

Voyez, monsieur. Il y a un problème, celui de la mort. Nous le connaissons tous. Il est possible que nous parvenions à prolonger la vie pendant cent cinquante ans de plus, mais il y aurait encore, à la fin de cette vie, cette chose qui vous guette. Maintenant, regardez-là comme un

fait ; ne la rationalisez pas, ne vous en évadez pas par la croyance ou par les divers moyens de fuite dont vous disposez mais, simplement, soyez en contact avec le fait. Vous ne le pouvez pas si vous ne savez pas ce qu'est le terme — le terme de *tous* les plaisirs, et non pas de certains plaisirs. Alors l'esprit peut considérer la question d'une manière totalement différente.

Prenez la question de l'affection, de l'amour. Comment l'amour peut-il exister lorsqu'il y a compétition, ambition, peur, jalousie ? Evidemment, ce n'est pas possible. Cependant, sans amour, la vie est extraordinairement superficielle et vide. Puis-je observer ma jalousie sans le mot, la pensée, l'association ; puis-je vivre avec elle et simplement la regarder comme un fait ? Cela exige de l'énergie. Donc, la dissipation de l'énergie sous forme de pensée, d'effort pour éviter la chose, d'association ou de mot, ne doit pas intervenir. Je vois qu'observer un fait exige une énergie énorme. Parce que je comprends cela, la dissipation d'énergie cesse ; je n'ai pas à lutter contre elle.

☆ *Quand survient une qualité réelle, authentique, dans les rapports, je remarque qu'il y a en moi-même immédiatement une forte ruée d'émotions, qui impliquent la pensée et me projettent dans tout le processus. Ce que vous dites, c'est que ce processus surgit parce que je n'apporte pas assez d'énergie dans l'observation.*

★ Vous ne pouvez pas apporter assez d'énergie dans l'observation parce que vous la dissipez par la pensée, des mots, des émotions, du sentiment. Monsieur, regardez simplement la fleur. Apparemment, il semble que de simplement la regarder soit une chose des plus difficiles. Nous ne regardons jamais à partir du silence ; nous regardons à travers beaucoup de bruit et de trouble. Si l'on peut regarder une fleur à partir du silence, c'est-à-dire sans pensée et tout ce qui s'ensuit, on peut s'observer soi-même et observer tous les problèmes qu'on porte en soi.

☆ *Est-ce que cela dissipe les problèmes, monsieur ?*

★ La manière dont vous les regardez est de la plus haute

importance. Les regardez-vous comme quelqu'un qui, en tant que sujet, ferait l'expérience de les observer ? Est-ce que l'observateur est différent de la chose observée ? Je suis jaloux, je suis envieux, je hais quelqu'un. Maintenant, y a-t-il en cela celui qui hait et la chose haïe, le sujet de l'expérience et la chose dont il fait l'expérience ? Les deux sont-ils séparés ? L'observateur est-il séparé de la chose observée ? J'observe le microphone ; il est séparé, parce que je connais la nature du microphone, je sais ce qu'il est ; il est quelque chose de différent de moi. Je suis jaloux ; le sentiment de jalousie est différent de moi. Cela est vrai pour la plupart d'entre nous. Je suis jaloux. C'est-à-dire que l'observateur est séparé de la chose observée, qui est la jalousie. Mais *est-il* séparé ? L'observateur n'est-il pas lui-même jalousie ? Est-il réellement séparé de la jalousie ?

☆ *Alors, vous ne regardez pas la chose que vous haïssez, vous regardez votre haine.*

★ Non, non. Regardez la chose d'un peu plus près. Considérez-la un tout petit peu plus longtemps. Revenons en arrière. Regardons un arbre. Vous observez l'arbre avec votre expérience, et il y a l'arbre. L'arbre est différent de vous. Maintenant, pouvez-vous regarder cet arbre, mais non en tant qu'observateur ? Vous ne savez pas ce que cela veut dire ?

☆ *Non.*
☆ — *Oui, vous pouvez. Oui.*

★ Attendez, attendez. Allez lentement, ne soyez pas si prompts. Que signifie regarder un arbre sans que vous soyez présent en tant qu'observateur ? L'avez-vous jamais fait ?

☆ *Quelquefois.*

★ Quelquefois ?

☆ *Je l'ai fait ce matin avec une fleur. J'ai été plutôt pris par surprise, mais je ne pourrais décrire aucune espèce de réaction.*

★ Monsieur, nous ne parlons pas de réaction. Je vous en prie, tenez-vous uniquement à une seule chose. Regardez un arbre, non à partir d'un centre, non en tant qu'observateur se connaissant comme tel dans l'acte même d'observer. Regardez votre femme, votre ami, votre mari, non en tant qu'observateur, non en tant que mari, ami ou femme, avec tous vos souvenirs. Observez simplement. C'est une des choses les plus difficiles à faire ; vous ne pouvez précisément pas vous servir de mots, il vous faut regarder.

☆ *Eh bien, quand je regarde un arbre, il me donne un sentiment de plaisir, ce qui montre que je regarde en tant qu'observateur.*

★ Donc, regarder un arbre ou une personne sans en être l'observateur, c'est communier avec cette personne, ou avec cet arbre — communier. En général, je regarde ma femme, mon mari, une personne, avec tous mes préjugés et tous mes souvenirs. Je regarde à travers tous ces souvenirs ; c'est le centre à partir duquel je regarde. Par conséquent, l'observateur est différent de la chose observée. Dans ce processus, la pensée intervient constamment, par association, et avec la rapidité de l'association. Maintenant, quand je me rends compte de toutes les implications de cela instantanément, il y a une observation sans observateur. C'est très simple de faire cela avec les arbres, avec la nature ; mais avec les êtres humains, que se passe-t-il ? Si je puis regarder ma femme ou mon mari d'une manière non verbale, non en tant qu'observateur, c'est plutôt effrayant, n'est-ce pas ? Parce que mon rapport avec elle ou avec lui est alors totalement différent. Il n'est plus, en aucun sens, personnel ; ce n'est plus un sujet de plaisir, et j'en ai peur. Je puis regarder un arbre sans peur, car il est assez facile de communier avec la nature, mais communier avec des êtres humains, c'est beaucoup plus dangereux et plus effrayant ; mes rapports subissent une terrible révolution. Auparavant, je possédais ma femme et elle me possédait ; nous aimions être possédés. Nous vivions dans l'espace isolé auquel nous nous étions identifiés. En observant, j'ai supprimé cet espace ; je suis maintenant directement en con-

tact. Je regarde en l'absence d'un observateur et, donc, sans qu'il y ait un centre. A moins qu'on ne comprenne ce problème total, se contenter d'élaborer une technique pour regarder devient épouvantable. On devient alors cynique et tout ce qui s'ensuit.

☆ *C'est plus difficile de regarder son patron de cette manière.*

★ Faites-le.

☆ *Monsieur, si je regarde quelque chose, un arbre, et que je sache que je regarde, ne suis-je pas l'observateur ?*

★ Vous ne pouvez pas empêcher cela, monsieur, n'est-ce pas ? Regarder de vos yeux, vous ne pouvez pas l'empêcher, à moins que vous ne soyez aveugle. Vous voyez cet arbre. Mais pourquoi tout le passé devrait-il s'introduire dans votre vision ? Si j'écoute, pourquoi mon passé devrait-il venir quand j'écoute ? Quand j'écoute, j'apprends. Apprendre diffère entièrement d'accumuler du savoir. En accumulant du savoir, le centre est établi. Mais, si j'apprends, c'est-à-dire si j'écoute, l'auditeur n'est pas là. Essayez. Faites-le ; soyez *complètement* attentif. Soyez attentif à l'orateur, à ce qu'il dit ; soyez attentif à la manière dont vous écoutez ; soyez attentif à ce bruit dehors, à l'autobus ou aux voitures qui passent, à quelqu'un qui tousse — totalement attentif. Y a-t-il alors un centre ? Y a-t-il un observateur qui est attentif ? Il n'y a plus qu'un état d'attention.

☆ *L'observateur est là si l'on pense qu'on peut passer à côté de quelque chose.*

★ Non, vous ne faites pas la chose ! Monsieur, pendant deux secondes faites ceci : soyez attentif aux couleurs, aux murs, aux bruits ; attentif à vos pensées, à vos sentiments, à la manière dont vous êtes assis, dont vous vous tenez, dont vous écoutez. Soyez totalement attentif et non pas d'une manière fragmentaire — *complètement,* avec tout votre *être* : vos nerfs, votre corps, vos yeux, que toute *chose* soit attentive en vous. Y a-t-il un centre à partir

duquel vous êtes attentif ? Mais si vous dites : « Je dois être attentif » et puis : « Comment puis-je être attentif ? » vous commencez à créer tout le cercle.

☆ *Dans cette lucidité, dans cette* complète *prise de conscience, il y a communion, pour autant que je comprenne.*

★ Oui, monsieur.

☆ *Mais cette complète prise de conscience inclut aussi la complète prise de conscience de toute chose, non seulement à l'extérieur, mais aussi bien à l'intérieur.*

★ Ah ! non, monsieur. Quand vous êtes attentif, il n'y a ni extérieur ni intérieur. Vous écoutez cette voiture qui passe, cet accès de toux ; vous êtes attentif à cette couleur, à ce que vous pensez, sentez — soyez simplement attentif, ne dites pas que vous aimez ou que vous n'aimez pas, soyez simplement attentif.

☆ *C'est toujours ainsi, n'est-ce pas, monsieur ?*

★ Ce ne l'est pas *toujours,* monsieur. Monsieur, *faites-le !*

☆ *Et vous serez aussi attentif à l'apparente impossibilité d'être totalement attentif. Est-ce exact ?*

★ Oui, monsieur. Soyez attentif à l'inattention. N'essayez pas de *devenir* attentif.

9 mai 1965.

A C H E V É
D'IMPRIMER



S U R L E S
PRESSES D'AUBIN
LIGUGÉ (VIENNE)
LE 15 MARS
1967

D. L., 1-1967. — Imprimeur, n° 4219.
Imprimé en France.

PARIS :

Le Courrier du Livre
21, rue de Seine (VIe)

BRUXELLES :

Editions « Etre Libre »
20, rue Père De-Deken (IVe)

GENÈVE :

Mme Elly Roquette
1, chemin de Chapeau-Rouge

France F 12
Belgique F.B. 120
Suisse F.S. 10